HITACHI
Inspire the Next

動物あんパン
（作りかた86ページ）

デコレーションケーキ
（作りかた76ページ）

このたびは日立オーブンレンジをお買い上げいただき、まことにありがとうございました。
このククレットガイドをよくお読みになり、正しくご使用ください。
お読みになったあとは、保証書とともに大切に保存してください。

取扱説明書/料理編

ククレットガイド

日立オーブンレンジ 家庭用

MRO-FX1形

えびピラフ
（作りかた56ページ）

豚の角煮
（作りかた55ページ）

鶏肉のレモン蒸し
（作りかた69ページ）

※この商品は待機時消費電力オフ機能があります。ドアを閉じた状態で表示窓に「0」が表示されているときは、約10分後に自動的に電源が切れます。電源が切れたあとは、ドアを開閉すると再び電源が入りキーを受け付けます。

取扱説明編 もくじ

ククレットガイドの見かた

■加熱表示
オート調理の加熱方法を表示します。

レンジ（レンジ加熱）　グリル（グリル加熱）　オーブン（オーブン加熱）
レンジ／オーブン（レンジとオーブンの併用）　レンジ／グリル（レンジとグリルの併用）　オーブン／グリル（オーブンとグリルの併用）

■付属品の表示例
角皿（ホーロー製）　焼網 角皿　スチームプレート
角皿2枚（ホーロー製）　焼網　専用キャセロール（ふた・容器）

■加熱時間の目安は、食品温度(常温)を基準にしています。
■料理写真は調理後、盛りつけたものです。

■調理方法の表示
調理キー、出力、温度、加熱時間は次のように表示します。

●オート調理のとき
あたため 1ごはん 2牛乳 お総菜 (3点心/かんたん煮) ・・・・ PAM解凍 (4さしみ 5解凍) ・・・・ パリッとあたため (6冷蔵 7冷凍) 8かんたんピザ ・・・・・・・・・・・ 11グラタン/ドリア 12茶わん蒸し/小田巻き蒸し ・・・・・・・ 18炊飯/ピラフ 19煮込み

●手動調理のとき
手動調理キー — レンジ グリル オーブン PAM発酵 (レンジ)
レンジの出力 — レンジ700W レンジ500W レンジ200W レンジ100W
オーブンの温度 — 270℃ 250℃ ・・・ 100℃ 発酵 45℃ ・・ 35℃
加熱時間 —— 約2分 2〜3分

■料理編に使われる単位は、次のとおりです。
カロリー：1kcal(キロカロリー)＝4.18kJ(キロジュール)
容量：1mL(ミリリットル)＝1cc(シーシー)

安全のため必ずお守りください

絵表示について

この取扱説明書および製品への表示では、製品を安全に正しくお使いいただき、あなたや他の人々への危害や財産への損害を未然に防止するために、いろいろな絵表示をしています。その表示と意味は次のようになっています。内容をよく理解してから本文をお読みください。

⚠危険 この表示を無視して、誤った取扱いをすると、人が死亡または重傷を負う危険が差し迫って生じることが想定される内容を示しています。

⚠警告 この表示を無視して、誤った取扱いをすると、人が死亡または重傷を負う可能性が想定される内容を示しています。

⚠注意 この表示を無視して、誤った取扱いをすると、人が傷害を負う可能性が想定される内容および物的損害のみの発生が想定される内容を示しています。

絵表示の例

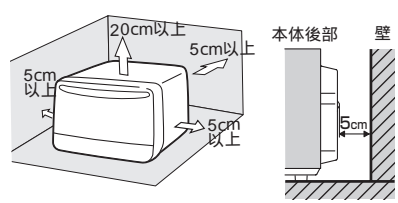
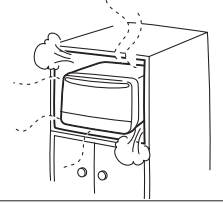
この記号は注意（危険・警告を含む）を促す内容があることを告げるものです。図の中や近傍に具体的な注意内容が描かれています。

この記号は禁止の行為であることを告げるものです。図の中や近傍に具体的な禁止内容が描かれています。

この記号は行為を強制したり指示する内容を告げるものです。図の中や近傍に具体的な指示内容が描かれています。

●この機器は一般家庭用です。業務用にはお使いにならないでください。

据え付けるとき

⚠警告

電源は定格15A(アンペア)以上の専用コンセントを単独で使い、他の器具と併用する分岐コンセントは使わない。
(過熱・発火・火災の原因)

傷んだ電源コードや差込プラグ、ゆるんだコンセントを使用しない。
(感電・ショート・発火の原因)

●燃えやすいもののそばに置いたり、熱に弱いものやカーテンなどを近づけない。
(ヒーター使用時の高温で引火の恐れ)

●たたみ、じゅうたん、テーブルクロスなど熱に弱いものの上に置かない。
(ヒーター使用時の高温で引火の恐れ)

交流100V(ボルト)以外では使用しない。
(火災・感電の原因)

包装用ポリ袋は幼児の手の届かない所に保管または廃棄すること。
(頭からかぶるなどすると、口や鼻をふさぎ窒息する恐れ)

電源コード・差込プラグを傷つけない。
電源コードを傷付けたり、破損したり、加工したり、無理に曲げたり、引っ張ったり、ねじったり、たばねたり、重いものを載せたり、はさみ込んだりしない。
(コードが破損し、火災・感電の原因)

アースを確実に取り付ける。
(故障や漏電の時の感電防止)
取り付けは、販売店または電気工事店にご相談ください。

アース線接続

■アース端子がある場合
リード線の先端の皮をむき、アース端子付コンセントのアース端子に確実に固定してください。
（芯線　切れ目）

■アース端子がない場合
アース線の接地工事には「電気工事士」の有資格者が工事するよう法律で定められています。お買い上げの販売店か、お近くの電気工事店にご相談ください。(工事は有料)

ご注意
ガス管、水道管、避雷針や電話のアース線への接続はやめてください。

●次の場合は、電気工事士の有資格者によりD種接地工事(接地抵抗100Ω(オーム)以下)をすることが法律で義務づけられています。必ず電気工事店に依頼してアース工事をしてください。

湿気の多い場所
- ●水蒸気が充満する場所　●土間、コンクリート床
- ●酒、しょうゆなどを醸造、または貯蔵する場所

水気のある場所
この場合、漏電しゃ断器の取り付けも義務づけられています。
- ●水を取り扱う土間、洗い場など水気のある場所
- ●地下室など常に水滴が漏出したり、結露する場所

（安全のため必ずお守りください）

据え付けるとき

⚠注意

本体は壁などとの間をあける。
（過熱して発火する恐れ）

右記寸法を離しても調理物の油で汚れたり結露することがあります。排気が直接壁にあたらないように据え付けてください。
あらかじめアルミホイルを壁面に貼ると汚れを防止できます。後面がガラスの場合、温度差で割れる恐れがあるので20cm以上あけてください。

すき間があっても5面を囲む設置はしない。
（過熱による発火・壁の汚れ・機能低下の原因）

電源コードは、排気口や温度の高い部分に近づけない。
（火災・感電の原因）

使用前に包装材は全て取り除くこと。
（発火・火災・やけど の原因）

水のかかるところや熱気、火気の近くで使わない。
（感電・漏電の原因）

- 水平で丈夫な場所に置く。（振動・騒音・本体落下の原因）
- ラジオ、テレビ、無線機器およびアンテナ線から3m以上離す。（雑音や映像の乱れの原因）
  受信感度が弱い場合には、さらに雑音が小さくなるまで離してください。
- 落雷の恐れがあるときは、差込プラグをコンセントから抜く。（故障の原因）

使用するとき

⚠危険

改造は絶対にしない。また、サービスマン以外の人は、分解したり修理しない。
（火災・感電・けがの原因）

分解禁止

穴やすき間などに指や物を差し込まない。特に子供のいたずらなどに注意。
（けが、感電や故障の原因）

⚠警告

子供だけで使わせたり、幼児の手の届くところで使わない。
（やけど・感電・けがの恐れ）

調理中に差込プラグを抜き差ししない。
（火災・感電の原因）
抜くときはとりけしキーを押した後にしてください。

⚠注意

レンジ加熱では、ゆで卵は絶対に作ったり、あたためたりしない。目玉焼きやおでんのゆで卵などのあたためもしない。
（破裂してけがの原因）

調理後の食品の出し入れに注意する。
（やけどの原因）
レンジ加熱でも容器やテーブルプレートなどが熱くなることがあります。

テーブルプレートに衝撃を加えない。（破損してけがの恐れ）
特に食品の出し入れのとき、テーブルプレートのふちに当たらないようにしてください。

オーブンレンジが転倒・落下した場合は､使用せず､点検を依頼する。
（感電や電波漏れの恐れ）

ドアに無理な力を加えたりぶらさがらない。
（本体が倒れてけがや電波漏れの原因）

差込プラグの抜き差しは、コードを持たずに、必ず差込プラグを持って行う。
（感電やショートして発火の原因）

レンジ加熱では、びん類など密封された食品は栓やふたをはずし、膜や殻つきのものは、切れ目や割れ目を入れる。
（破裂してやけどやけがの原因）

衣類の乾燥など調理以外の目的に使わない。
（発煙・火災・やけどの原因）

長期間使わないときは、必ず差込プラグをコンセントから抜く。
（絶縁劣化による感電・漏電火災の原因）

差込プラグを抜く

本体の上に物を置かない。
（過熱してこげ・変形の恐れ）

ドアに物をはさんだまま使わない。
（電波漏れによる 障害の恐れ）

吸排気口をふさがない。
（過熱して故障の原因）

使用するとき

レンジのとき

⚠注意

食品は加熱しすぎない。
- 突然沸とうして飛び散ることがある
水、飲みもの（牛乳、酒、コーヒーなど）、カレーやシチューなどのとろみのあるもの、油脂分の多い生クリーム、バターなどは、加熱中や加熱後食品を取り出すと沸とうして飛び散り、やけどの恐れがあります。
※飲みものは加熱前にスプーンなどでかき混ぜます。
- こげたり燃える恐れがある
少量の食品、水分の少ない干もの、加熱されやすいまんじゅうやパン類、温度が上がりやすいあん、チョコレート、油脂分の多い揚げもの、バター、サラダ油、ミックスベジタブルなどはこげたり、燃える恐れがあります。
※少量（100g未満）の食品をオート調理で加熱しないでください。
※ククレットガイドの指定分量以外の加熱は、手動調理で様子を見ながら加熱します。

- 加熱室が空のまま加熱しない。
（異常高温になり故障の原因）
- 鮮度保持剤（脱酸素剤など）を入れたまま、また包装にラベルやテープを貼ったままで加熱しない。（燃える恐れ）
- あたため で飲みものを加熱しない。
（沸とうしてやけどの恐れ）

- 金属の調理道具やアルミなどで加工したプラスチック容器、付属の角皿（ホーロー製）は使わない。アルミ箔（アルミホイル）を使うときは加熱室内壁、ドアファインダーに触れないようにする。
（火花〈スパーク〉、故障の原因）
- 食品の重さにくらべ重すぎる容器でオート調理しない。（食品がこげたり、燃える恐れ）

- 缶詰やレトルト食品は缶や袋のままで加熱しない。
（火花〈スパーク〉、こげ、破裂の恐れ）アルミ包装は加熱できません。容器に移しかえて加熱します。
- 乳幼児のミルクやベビーフードは手動 レンジ 500W で様子を見ながら加熱し、必ず仕上がり温度を確認する。（やけどの恐れ）
絶対にオート調理で加熱しないでください。
※市販のベビーフードは、そのまま加熱しないで、容器に移し変えて加熱してください。
※種類の違うものを一度に加熱しないでください。

- ラップやふたなどのおおいをはずすときは、注意する。（やけどの恐れ）
蒸気が一気にでる場合があります。必ず向こう側からはずしてください。（8ページ参照）

グリル、オーブンのとき

⚠注意

- 使用中や終了後しばらくは、ドア、キャビネット、テーブルプレート、角皿、焼網、加熱室、その周辺にふれない。
（やけどの原因）

接触禁止

- 熱くなったドアやテーブルプレートなどに水をかけない。（割れる恐れ）

- 調理が終わったらすぐに取り出す。
（余熱で焼き過ぎになる恐れ）
- 食品の出し入れは厚めの乾いたふきんやオーブン用手袋を使う。（やけどの恐れ）
- プラスチック容器をヒーター加熱しない。
（発火の恐れ）

レンジ、グリル、オーブンのとき

⚠注意

食品くずをつけたまま使わない。（燃える恐れ）

加熱室内で食品が燃え出したときは、
1. ドアを開けない。（勢いよく燃える恐れあり）
2. とりけしキーを押し、運転を止めてから、差込プラグを抜く。
3. 本体から燃えやすいものを遠ざけ、鎮火するまで待つ。鎮火しない場合は、水か消火器で消す。そのまま使用せず、必ず販売店に点検を依頼する。

お手入れのとき

⚠警告

ぬれた手で差込プラグの抜き差しはしない。
（感電やけがの恐れ）

ぬれ手禁止

差込プラグの刃および刃の取り付け面のほこりをよくふく。
（火災の原因）

本体の掃除は、必ず差込プラグを抜き本体が冷めてから行う。
（やけど・感電の恐れ）

各部のなまえとはたらき

操作パネルのはたらき

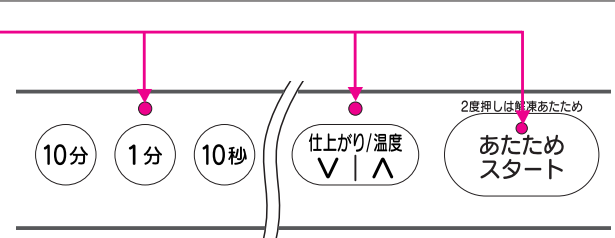
待機時消費電力オフ機能 ➔ 11ページ

ドアが閉じた状態で表示窓に「0」が表示されているときは約10分後に自動的に電源が切れます。
電源が切れたあとは、ドアを開閉すると再び電源が入りキーを受け付けます。

表示窓

オートメニュー番号、使用する付属品(角皿)、仕上がり調節、加熱方法、加熱時間、温度、皿受棚の位置を表示します。(表示はイメージ図です。)

操作手順表示機能

点滅して操作の順序を知らせます。
●操作キーを押すと、続いて操作するキーのランプが点滅します。

オート調理

好みのメニューをセンサーとマイコンが自動調理します。時間や温度設定の必要がありません。

オートメニューキー ➔13~28ページ

19種類のメニューキーがオート調理できます。メニュー番号は表示窓に表示されます。
PAM解凍 4さしみ ～ 19煮込み をセットするときは表示窓に0が表示されている状態で、 または を押します。

仕上がり調節キー ➔ 11ページ

オート調理のとき、用途や好みに応じて使います。それぞれ加熱時間を増減します。

あたためキー ➔ 13ページ

あたため、解凍あたため のときに使います。キーを押すだけで自動的に加熱します。

脱臭キー ➔ 9・38 ページ

加熱室のにおいが気になるとき使います。

とりけしキー

間違えて操作したとき、加熱を途中で止めるときに押します。

スタートキー

オート調理と手動調理のときランプ(●)が点滅します。
キーを押すと庫内灯が点灯し、加熱が始まります。
加熱が始まると(●)が消えます。

手動調理

手動調理キー ➔30～37ページ

料理に合わせて レンジ グリル オーブン PAM 発酵 を選びます。

- レンジ：押すと レンジ700W ➡ レンジ500W ➡ レンジ200W ➡ レンジ100W ➡ レンジ700W の順にセットできます。
- PAM 発酵 (レンジ)：かんたんパンや、ヨーグルト、納豆の発酵に使います。
- グリル：押すと グリル がセットできます。
- オーブン：1度押すと「予熱あり」
  ：2度押すと「予熱なし」になります。
- 発酵 (オーブン)：オーブン を2度押し、温度調節キーの ∨ を押すとセット(45・40・35℃)できます。

タイマーセットキー

加熱時間をセットするときに使います。レンジ700W レンジ500W は19分50秒、レンジ200W レンジ100W オーブン PAM発酵 (レンジ)、オーブン 発酵 は90分（1時間30分)、グリル は40分計になります。

1段/2段キー ➔ 11・32・34ページ

手動 オーブン で1段(角皿1枚)にするときに押します。
もう1度押すと2段(角皿2枚)にもどります

温度調節キー ➔32・34・37ページ

オーブン の温度を調節するときに使います。「あげる」ときは ∧ を押します。
「さげる」ときは ∨ を押します。
オーブン グリル 加熱中に ∨|∧ を押すと、設定した加熱時間を1分単位で増減することができます。

各部のなまえ

- 熱風ヒーター：加熱室後部に内蔵されています。
- 上ヒーター：加熱室天井部に内蔵されています。
- テーブルプレート(セラミック製)：調理するときは必ず加熱室底面にセットし、すべての調理に使います。
- 庫内灯
- 皿受棚：角皿をのせます。
- ドア：加熱中にドアを開けると、庫内灯が消えます。
- ドアハンドル
- ドアファインダー

付属品の種類

○印は使える。
×印は使えない。

付属品の種類 ＼ 加熱方法	レンジ	グリル	オーブン
■角皿2枚（ホーロー製）（皿受棚にのせます。）急冷すると、変形の原因になります。	×（皿受棚のフッ素コート処理がスパーク(火花)によって損傷します。）	○	○
■焼網 テーブルプレート(四隅凸部の内側)または角皿にのせて使います。(23ページ参照) 直火で使うと、変形の原因になります。焼網は手動調理でも料理編に記載してある使いかたに限り使えます。	× オート調理の パリッとあたため 14焼きもの には使えます。	○	○
■専用キャセロール（取っ手／ふた／容器） レンジ 調理の煮る、炊く、蒸す、お菓子などの調理ができます。（オート調理の お総菜 3点心／かんたん煮 18炊飯/ピラフ 19煮込み に使います）	○	×	× オート調理の 18炊飯/ピラフ 19煮込み には使えます。
■スチームプレート（専用キャセロールと組み合わせて使います。）オート調理の お総菜 3点心／かんたん煮 にふたと組み合わせて使います。19煮込み に落としぶたとして使います。	○	×	× オート調理の 19煮込み には使えます。

■オーブン用手袋
調理後、角皿や焼網などの付属品を取り出すときに両手で出し入れします。洗濯すると色落ちすることがあります。注意してください。

（付属品のオーブン用手袋は グリル、オーブン のときに使うため厚手になっています。専用キャセロールや器の出し入れには使えません。）

■テーブルプレート（セラミック製）
調理するときは必ず加熱室底面にセットし、すべての調理に使います。急冷すると割れることがあります。

■ククレットガイド
（本書）
■保証書

専用キャセロールの使いかた

調理の種類	使用する付属品	使用するキー	メニュー・記載ページ
炊く	ふた／容器	18炊飯/ピラフ／レンジ	炊飯(56) あさりご飯(56) えびピラフ(56) きのこピラフ(57) おかゆ(57) 赤飯(57)
煮る	ふた／スチームプレート(逆さにして落としぶた)／容器	19煮込み	かぼちゃのそぼろ煮(49) 筑前煮(49) 小あじのトマト煮(51) 豚の角煮(55) ポークカレー(55) ビーフシチュー(55)
蒸す	スチームプレート／ふた	お総菜／3点心	手作り"点心"(70・71) 肉や魚の蒸しもの(71)
焼く	スチームプレート／ふた	レンジ	鶏肉の照り焼き(54) 豚肉の辛味焼き(54)
お菓子	メニューによっては容器、ふたを逆にして使うこともあります。	レンジ	焼きりんご(74) さつまいもとりんごの重ね煮(75) オレンジケーキ(75) 蒸しカステラ(75)
発酵	煮て、炊いてからそのまま発酵させる。	レンジ／PAM発酵	ヨーグルト(90) 甘酒(91) 納豆(91)

キャセロールの上手な使いかた
- ●電子レンジ調理の煮る、炊く、蒸す、焼く、お菓子、発酵に使います。オーブン グリル では、絶対使わないでください。
- ●容器にふたをするときは取っ手を少しずらしてかぶせると加熱後に楽にはずせます。
- ●加熱直後の専用キャセロールの取り出しは、熱くなっているので乾いたふきんを使って取り出します。
- ●加熱直後にふたを開けるときは、蒸気が一気に出るのでやけどの危険があります。取っ手を回して向こう側に開けます。
- ●専用キャセロールは落とすと割れます。
- ●加熱直後で熱くなっているときに、ぬれたふきんでふいたり、ぬれたところに置くと、割れることがあります。

●専用キャセロールは レンジ 加熱以外では使えません。ただしオート調理の 18炊飯/ピラフ、19煮込み には使えます。
●専用キャセロールは あたため 解凍あたため 1ごはん には使わないでください。使うときは手動レンジで加熱します。

空焼きのしかた

グラム・ポジションシステムの0点調節が完了した後、ご使用の前に、油やにおいをとりのぞくため、加熱室の空焼きをしてください。
※油の焼けるにおいや煙が出ることがありますので必ず窓を開けるか、換気扇を回してください。

操作の手順

● テーブルプレートをセットしてドアを閉める。

1 脱臭 キーを押す

2 スタートキーを押す

途中で変わる

15分00秒 オーブン

終了音が鳴ったら空焼きが終る

⚠注意
空焼きの加熱中や終了後しばらくは、ドア、キャビネット、加熱室、その周辺にふれない。（やけどの原因）

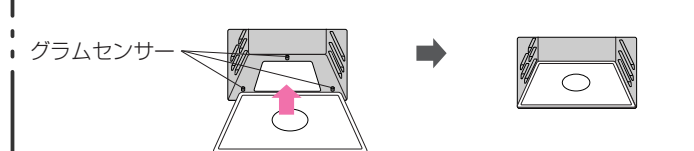
グラム・ポジション システムの0点調節のしかた

初めて使う前に、0点調節をしてください。
●オート調理のときにグラム・ポジションシステムを正しくはたらかせるために基準を合わせます。
●日常ご使用の際も、ときどき0点調節を行って基準を合わせてください。

操作の手順

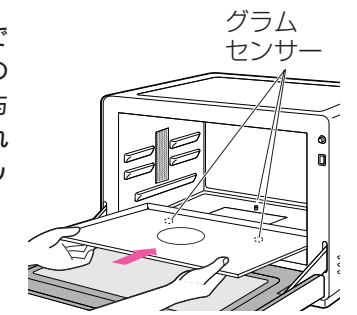
● 差込プラグをコンセントに差し込む
●表示窓に何も表示されません。（待機時消費電力オフ機能のためです。11ページ参照）
ドアを開けると❶のように表示します。

1 ドアを開ける

2 加熱室底面にテーブルプレートをセットする
※加熱室の底面の3個のグラムセンサーおよび加熱室内面に衝撃を与えないように加熱室底面にセットします。

3 ドアを閉めてとりけしキーを3秒間押し続ける
※ピッとブザーが鳴り、数秒間庫内灯が点灯します。庫内灯が消灯し、0点調節が完了します。（加熱室底面にテーブルプレートがセットされていないと、ピッピッピッとなって「C00」が表示されます。）

テーブルプレートの出し入れのしかた

〈テーブルプレートを加熱室底面にセットするときは〉

テーブルプレートは両手で持ち、加熱室底面の3個のグラムセンサーに衝撃を与えないように、奥まで入れて静かに加熱室底面にセットします。

〈加熱室底面から取り出すときは〉

テーブルプレートの手前を両手の指先で奥に押し、軽く持ち上げてからテーブルプレートの下に指先を入れ、両手で静かに引き出します。
調理後のテーブルプレートの取り出しはテーブルプレートとその周辺が熱くなっている場合があるので注意してください。

指先で奥まで押して軽く持ち上げる。

テーブルプレートの下に指先を入れて両手で取り出します。

このオーブンレンジについて

●グラム・ポジション システムとは・・・
食品の重さを3個のグラムセンサーで計測して食品の位置を検出し、さらに加熱室内の温度や蒸気を計測することにより食品に最適な調理時間を設定するシステムです。グラム・ポジション システムを正確にはたらかせるために、日常ご使用の際に、ときどき0点調節を行って基準を合わせてください。(9ページ参照)

●電子レンジの高周波出力(手動調理)は700Wです。
このオーブンレンジをお買い上げいただく前に、お使いになっていた電子レンジ(高周波出力が500Wや600Wのとき)の加熱時間に比べて、1〜2割ほど少ない時間でセットしてください。

●煮る、炊く、蒸す、焼く、発酵の料理が作れる専用キャセロール、スチームプレートが付いています。
使いかたや料理のコツは8ページの"専用キャセロールの使いかた"を参照します。

●食品の置く位置は
テーブルプレートの中央に置きます。ただしメニューによっては中央をはずして置く場合があります。料理編を参考にして、食品の置く位置を確認してから加熱してください。

●違う種類の食品を同時にあたためるときは手動調理で
オート調理で加熱すると、仕上がりに差がでることがあります。手動 レンジ 700W か 手動 レンジ 500W で、様子を見ながら加熱します。

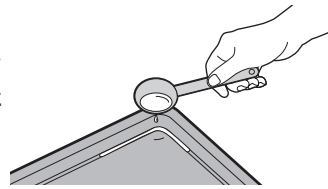
●同じ食品を2個以上加熱するときは
分量を同じくらいにして、テーブルプレートや焼網の中央に寄せて置きます。

●オーブン料理のときは
- **市販の料理ブックやお好みのメニューを作るときは、料理編の類似したメニューの時間と温度を参考にして、手動で様子を見ながら焼いてください。**
- **オート調理で記載しているメニューを手動で調理する場合は、45ページの"加熱時間一覧表"を参照し、オーブン温度と焼き時間を目安にして焼きます。**

●オーブンを使いこなすために
オーブンの特性で料理編に記載している方法で加熱しても、焼き色が濃かったり、薄かったりすることがあります。仕上がり調節を使い分けたり、設定温度を10〜20℃上下させたりして調整します。 焼き色が足りないときは3〜5分ほど追加焼きをして調節してください。

●焼きムラが気になるときは・・・
加熱途中で食品の前後を入れ替えたり、上下段の焼きムラが気になるときは、調理の途中で角皿の上下段を入れ替えます。このとき角皿や加熱室が熱くなっているので注意してください。入れ替えるときは厚めの乾いたふきんやオーブン用手袋を使い、両手で入れ替えます。

●加熱中のドアの開閉は
加熱室の温度が下がってしまうのでドアの開閉は、手早く、控えめにしてください。

●手動 オーブン で加熱中に蒸気(スチーム)をかけたいときは
オーブン調理でシュークリームやバターロールなど、ふっくらと焼き上げたいものは、焼き色がつき始める前に蒸気をかけると効果があります。蒸気をかけたいときは、生地を並べた角皿の周りの溝に、大さじ1の水(15mL)を流し入れて焼きます。(水は大さじ1(15mL)以上は入れないでください。)

●調理後の食品、専用キャセロールの出し入れに注意をして
レンジ加熱でもテーブルプレートや専用キャセロールが熱くなっています。乾いたふきんを使って注意して取り出してください。

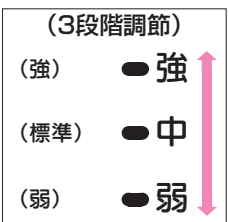
もちは焼けません
加熱室が大きいため、焼き色がつきません。またトーストは加熱室が大きいため時間がかかります。(86ページ参照)

知っておいていただきたいこと

必ずクックレットガイドに記載している方法でお使いください。
記載している方法でお使いいただかないと、上手に仕上がらなかったり、故障の原因になります。また場合によっては発煙・発火・やけどなどがおこる恐れがあります。

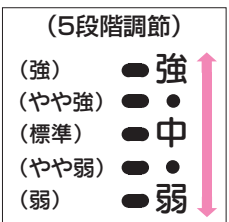
待機時消費電力オフ機能について
オーブンレンジを使用していないときの電力を節約するため、約10分後に自動的に電源を切ります。(表示窓の「0」表示が消えます)。キーを押しても受け付けません。ドアを開閉すると電源が入り(表示窓の「0」表示が点灯します)キーを受け付けます。
- ドアを閉じた状態で差込プラグをコンセントに差し込んだだけでは電源が入りません。一度ドアを開けてください。

仕上がり調節キー (仕上がり/温度 ∨|∧) について
オート調理の仕上がりを、用途や好みに合わせて加減するとき使います。
パリッとあたため (6冷蔵 7冷凍) 8かんたんピザ 10かんたんパン/めろんパン 11 グラタン/ドリア 13揚げもの 14 焼きもの 15 炒めもの 18炊飯/ピラフ 19煮込み のとき、3段階に調節できます。
∧ 押すと 強 、 ∨ 押すと 弱 になります。通常は 中 になっています。

(3段階調節)	
(強)	強
(標準)	中
(弱)	弱

あたため 1 ごはん 2 牛乳 お総菜 (3点心/かんたん煮) PAM 解凍 (4さしみ 5解凍) 9スポンジケーキ/チーズケーキ 12 茶わん蒸し/小田巻き蒸し 16葉・果菜 17 根菜 PAM 発酵 (レンジ)のとき、5段階に調節できます。初めは 中 にセットしてあります。
1ごはん 2 牛乳 はお好みの仕上がりにセットして使いますと、その仕上がりの目盛を記憶します。
ただし、表示窓に「0」が示されている間、差し込みプラグをコンセントからはずすと記憶されません。

(5段階調節)	
(強)	強
(やや強)	•
(標準)	中
(やや弱)	•
(弱)	弱

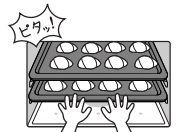
- 調節のしかたは、それぞれの調理のコツを参考にしてください。
- 仕上がり調節は、あたため 解凍あたため の場合、加熱時間を表示する前に行います。その他の場合、スタートキーを押す前に行います。

※仕上り調節 強 、弱 は、オートメニューの加熱時間を増減します。

グラム・ポジション システムについて
食品の分量をはかってオート調理するグラム・ポジション システムが内蔵されています。
食品の加熱前の温度、形状や材質、容器の種類によって食品の仕上がり温度は異なります。
※調理をするときは必ずテーブルプレートを加熱室底面に正しくセットしてください。(C02表示が出て加熱できません。)

メロディー機能について
調理スタート、終了等を、メロディーで楽しく知らせます。好みによってメロディー音を"ブザー音"や"無音"に切り替えるときは、差込プラグがコンセントに差し込まれている状態で、ドアを開閉して表示窓に「0」を表示させてから、仕上がり調節キー ∨ を3秒間押し続けます。ピッとブザー音が鳴ったら、切り替えが終了です。同じ操作でブザー音を無音に切り替えられます。さらに同じ操作でメロディー音にもどすことができます。(メロディー音→ブザー音→無音→メロディー音)

食品の取り出し忘れ防止ブザー音について
加熱終了後、食品を取り出さなかったとき、"ピピピ"とブザー音が約1分ごとに3回鳴って知らせます。

PAM1000Wについて
高周波出力1000Wは、短時間高出力機能(最大3分間)です。オート調理のあたため等の限定したメニューにのみ働きます。

角皿のセットは
角皿は熱風を円滑に循環させるため、加熱室の奥まで確実に入れます。

角皿 1段/2段 キーについて
手動オーブンで1段(角皿1枚)と2段(角皿2枚)をセットできます。(33ページ参照)

角皿
○1段○2段
写真と料理の実物が違う
印刷の濃淡により、実物と多少色が異なります。

加熱のしくみ

電波(高周波)で食品を加熱します。

電波(高周波)には3つの性質があります。

水分を含んだ食品には「吸収」されます。

ガラス、陶磁器などの容器では「透過」します。

金属にあたると「反射」します。

食品に吸収された電波は、水の分子のまさつ運動を活発にし、熱を発生させます。このさつ熱で食品をスピーディーに加熱します。

レンジ加熱の特長

スピーディーで経済的です

水を使わないので栄養素が保たれます

色や形、風味が保たれます

盛りつけたままで加熱できます

食品を上ヒーターで加熱し、食品にこげめをつけ、中はやわらかく仕上がります。

熱風ヒーターと上ヒーターで加熱室の温度を均一に保ち、食品全体を包みこむようにして焼き上げます。

使える容器、使えない容器

○印は使える。 ×印は使えない。

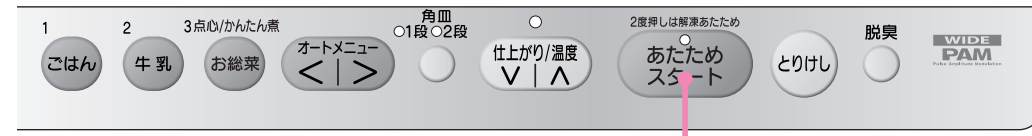
容器の種類＼加熱の種類		電子レンジ加熱		ヒーター加熱（オーブン、グリル加熱）	
ガラス容器	耐熱性のガラス容器 パイレックス、パイロセラム ネオセラムなど	○	加熱後、急冷すると割れることがあります。	○	加熱後、急冷すると割れることがあります。
ガラス容器	耐熱性のないガラス容器 強火ガラス、カットガラス、クリスタルガラスなと	×		×	
陶器・磁器	耐熱性のある陶器・磁器 ココット皿、グラタン皿など	○		○	
陶器・磁器	日常使っている陶器・磁器 茶わん、皿など	○	ただし、派手な色絵つけ、ひび模様、金、銀模様のあるものは、器を傷めたり、火花がでるので使えません。また素焼きの陶器など吸水性の高いものや長時間浸水させた陶器、磁器は熱くなることがあるので注意してください。	×	
プラスチック容器	耐熱性のあるプラスチック容器 ポリプロピレン製など	○	耐熱温度が140℃以上のもので、「電子レンジ使用可」の表示のあるものを使います。ただし、砂糖、バター、油を使った料理などは高温になり、容器が溶けてしまうので使えません。	×	ただし、「オーブン・グリル使用可」の表示のあるものは使えます。
プラスチック容器	その他のプラスチック容器	×	耐熱温度が140℃未満のもの(ポリエチレン、スチロール樹脂など)や耐熱温度が高くても、電波で変質するもの（メラミン、フェノール、ユリア樹脂、アルミなどで表面加工した樹脂など）は使えません。ただし、PAM解凍のときにだけ、発泡スチロールのトレーが使えます。	×	
ラップ類		○	耐熱温度が140℃以上のものは使えます。ただし、砂糖、バター、油を使った料理などは高温になり、ラップが溶けてしまうので使えません。	×	ただし、発酵では使えます。
金属容器、金串、アルミホイルなど		×	電波を反射するので使えません。ただし、アルミホイルは電波を反射する性質を利用して、加熱しすぎる部分をおおうなど、部分的に使えます。(このとき、加熱室底面や壁面、ファインダーに触れると火花が出て、破損や故障のおそれがあるので注意してください。)	○	ただし、取っ手がプラスチックのものは使えません。
竹、木、籐、紙、ニス、うるし塗り容器など		×	こげたり、塗りがはげたり、ひび割れすることがあるので使えません。特に針金を使っているものは燃えやすくなります。ただし、竹串、楊枝、紙は料理編に記載している使いかたに限り使えます。	×	ただし、硫酸紙や耐熱性の加工を施した紙製品は使えます。

■電子レンジ加熱とヒーター加熱を間違えないでください。間違えると食品や容器が発煙・発火することがあります。加熱スタート後、加熱の種類を確認してください。

■プラスチック類は家庭用品品質表示法に基づく耐熱温度表示をごらんください。

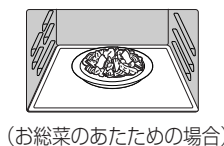
■材質や耐熱温度がわからない容器は使わないでください。

オート調理 あたため/解凍あたため

器に盛ったままのお総菜や調理して冷凍したお総菜をスピーディーにおいしく仕上げます。

あたため 解凍あたため の使いかた

食品を入れる

※テーブルプレートが加熱室底面にセットされていることを確認します。
セットされていない場合、表示窓に「C02」が表示され、加熱できません。

(お総菜のあたための場合)

1 あたため キーを1度押す

庫内灯が点灯し、加熱が始まります。

数秒後に変わる

途中で変わる

キーを押すごとに 1➡ 2 ➡1 とセットできます。
1：常温・冷蔵保存の食品をあたためます。(16・17ページ参照)
2：冷凍保存の食品を解凍してあたためます。(16・17ページ参照)
キーの押しかえはキーを押した後約2秒間受けつけます。

終了音が鳴ったら食品を取り出す

庫内灯が消灯し、表示が「0」になり、加熱が終ります。

- 牛乳のあたためは 2牛乳 を使います。(18ページ参照)、お酒のあたためは手動調理で加熱します。(30、46ページ参照)
- ご飯のあたためは 1ごはん 、冷凍ご飯の解凍あたためは 解凍あたため で加熱します。
- あたため キーは、ドアを閉めて約10分以内(表示窓に「0」が表示されている間)に押してください。約10分を過ぎるとスタートしません。ドアを開閉して あたため キーを押してください。

あたため 解凍あたため のコツ

1回の分量は適量で(16･17ページ参照)
1〜4人分(食品と容器を合わせて1,800ｇまで)です。分量が極端に多すぎたり少なすぎると上手に仕上がらないときがあります。
食品の重量が100ｇ未満のときやまんじゅう、パン類や冷凍野菜を加熱するときは、手動調理で加熱します。(17、30ページ参照)

同じものを2個以上加熱するときは
食品の分量を同じくらいにし、テーブルプレートの中央に寄せて置きます。

乳幼児のミルクやベビーフードはオート調理ではあたためられません
手動 レンジ500W で様子を見ながら加熱します。(5ページ参照)

必ず陶磁器や耐熱性のガラス容器を使って
- グラム・ポジション システムがはたらきます。食品の量に合った大きさの容器を使います。容器の大きさは、食品を入れたとき八分目位になる大きさが適当です。
- みそ汁のおわんは使えません。

市販の調理済み食品は
- 市販の調理済み食品や冷凍食品を加熱するときは、メーカーの指示に従い、手動 レンジ500W で加熱します。(17ページ参照)
- 市販のご飯やおにぎりをあたためるときは、14ページを参照します。
- 発泡スチロールの容器やトレーは絶対に使用しないで下さい。

仕上がりがぬるかったときは
手動 レンジ700W で様子を見ながら、さらに加熱します。
- あたため 解凍あたため で追加加熱すると、熱くなりすぎます。

おおいの使い分けは
ほとんどのあたためはラップなどのおおいをしませんが、魚類などのはじけやすいものや、調理済み冷凍食品の解凍あたためはラップなどのおおいをします。(16・17ページ参照)

インスタント食品は
46ページを参照して加熱します。

オート調理

オートメニュー

1 ごはん

ご飯、ピラフなどご飯もののあたためにお使いください。

1ごはん の使いかた

食品を入れる

※テーブルプレートが加熱室底面にセットされていることを確認します。
セットされていない場合、表示窓に「E02」が表示され、加熱できません。

（ご飯の場合）

1 1ごはん キーを押す

■スタートのランプが点滅します。

2 スタートキーを押す

庫内灯が点灯し、加熱が始まります。

終了音が鳴ったら食品を取り出す

庫内灯が消灯し、表示が「0」になり、加熱が終ります。

1ごはん のコツ

1回の分量は適量で（16･17ページ参照）
1～4人分(食品と容器を合わせて1,200gまで)です。分量が極端に多すぎたり少なすぎると、上手に仕上がらないときがあります。食品の重量が100g未満のときは、手動 レンジ 700W で加熱します。（17、30ページ参照）

おおいの使い分けは
冷蔵や常温のご飯はラップなどのおおいはしません。

冷凍ご飯は 解凍あたため で加熱します。（16ページ参照）

必ず陶磁器や耐熱性のガラス容器を使って
- グラム･ポジション システムがはたらきます。食品の量に合った大きさの容器を使います。
  容器の大きさは、食品を入れたとき八分目位になる大きさが適当です。

仕上がりがぬるかったときや冷めかけているときは
手動 レンジ 700W で様子を見ながら、さらに加熱します。
- 1ごはん で追加加熱すると、熱くなりすぎることがあります。

1ごはん は食べごろの温度に仕上げます。
ぬるめに感じるときや、冷蔵室から出したてをあたためるときは、仕上り調節 やや強 に合わせます。

冷めたご飯やピラフなどのかたまりはよくほぐしてから加熱します。

2個以上加熱するときは
テーブルプレートの中央に寄せて置きます。

市販のご飯、おにぎりは
- 市販のご飯やおにぎりをあたためるときは、メーカーの指示に従い、手動 レンジ 500W で加熱します。
- 市販の真空パックのご飯をあたためるときは、46ページを参照します。
- 市販のおにぎりをあたためる時は、包装のままで加熱すると、包装やインクがテーブルプレートに付着してしまうことがあります。必ず包装をはずして手動 レンジ 500W で加熱します。

冷めたご飯、お総菜のあたためのコツ

冷蔵のものは、仕上がり調節 やや強 に合わせます。(11ページ参照)

ラップなどのおおいを使い分けて
ほとんどのメニューは、ラップなどのおおいをしませんが、いか、えび、魚、鶏肉、マッシュルームのように飛び散りやすいものが入っているときや、カレー、シチューなどは、ラップやふたをします。(マッシュルームなどは、あらかじめ取り除き、加熱後加えます。)

包装や容器、材質に注意して
市販のお総菜やみそ汁をあたためるときは、包装状態や容器に注意してください。電子レンジに向かない材質や真空パック入りは、必ず陶磁器や耐熱性の容器に移してから加熱します。

スープ、シチューはかき混ぜて
加熱後、表面に膜をはることがあるのでかき混ぜます。

凍っているさしみや生ものの肉、魚の解凍は
PAM解凍 4さしみ 5解凍 を使います。（20ページ参照）

いか料理を加熱するとはじける
手動 レンジ 200W で加熱時間をひかえめにすれば、はじけは弱くなります。

水分を補って
ご飯ものや蒸しものが乾燥ぎみのときは、水分を補ってからラップをして加熱します。

加熱後の余熱を利用して
どんぶりもののように、ご飯と具がひとつの器に盛りつけてあるものは、あたたまり具合に違いが出ます。
このようなときは、ふたやラップなどのおおいをして加熱し、加熱後そのまましばらくおきます。

オート調理であたためられない料理があります。
まんじゅうやパン類、冷凍野菜、ベビーフードなどは手動で加熱してください。（17ページ参照）

調理済み冷凍食品の解凍あたためのコツ

食品の重量が容器の重量より重いときは、仕上がり調節 やや強 に合わせます。(11ページ参照)

包装やラップをはずし、容器に移しかえて
袋やラップなどを取り、陶磁器や耐熱性の容器に移してから加熱します。
市販品のなかには、電子レンジで使える包装もあります。指示に従い加熱します。

重ならないように並べて
シューマイなどは数が多くなっても、重ならないように皿などに平らに並べて加熱します。

ラップまたはふたを使い分けて
ほとんどの料理は、おおいをして解凍あたためをします。ラップでおおいをするときはゆとりをもってかぶせます。フライやコロッケなどはおおいをしません。

ひとかたまりにして冷凍したものは、加熱後かき混ぜて
カレーやスープなど、ひとかたまりにして冷凍してあるものは、加熱後かき混ぜます。

冷凍保存温度は－18℃を基準にしています。
－20℃以下の冷凍食品をオート調理すると、加熱不足になることがあります。手動 レンジ 700W で様子を見ながら、さらに加熱をしてください。

調理済み食品の冷凍保存(フリージング)のコツ

★熱いものは
よく冷ましてから冷凍します。

★ご飯やカレーなどは
ご飯は１杯分(150g)ずつに、カレーなどは１皿か100～300gずつに分け、薄く(厚さ2～3cm)平らにして冷凍します。(丸ごとのマッシュルームなど飛び散りやすいものは、あらかじめ半分に切っておきます。)

★野菜は
固めにゆでて、水気をよくきって１回分(100～200g)ずつラップなどで包み、冷凍します。

ご飯、お総菜のあたためメニュー

- ●ご飯ものは 1ごはん キーで、お総菜は あたため キーを1度押して加熱します。
- ●オート調理の1回分の分量目安は1～4人分です。
(分量は食品と容器を合わせて あたため は1,800g、1ごはん は1,200gまでです。)
- ●食品の重量が100ｇ未満のときは手動 レンジ 700W であたためます。(17・30ページ参照)

●印はラップまたはふたなどでおおいをする。×印はおおいをしない。

	メニュー名および調理のコツ	おおいの有無
ご飯もの	●ご飯・おにぎり (1ごはん で加熱) 表面が乾燥ぎみのときや、やわらかく仕上げたいときは、水や酒をふる。おにぎりは皿にのせる。 ●チャーハン・ピラフ (1ごはん で加熱) 加熱後、かき混ぜる。	×
めん類	●スパゲッティ・焼そば 容器に入れる。 加熱後、かき混ぜる。	×
焼きもの	●焼き魚 飛び散ることがあるのでおおいをする。	●
焼きもの	●焼きとり・焼き肉 皿に並べる。たれをぬってから加熱する。 ●ハンバーグ ソースは飛び散ることがあるので、加熱後にかける。	×
揚げもの	●天ぷら・フライ・コロッケ 皿に並べる。えびやいかは飛び散ることがあるのでおおいをする。 分量の少ないときは仕上がり調節 やや弱 に合わせる	×
炒めもの	●野菜の炒めもの・酢豚・八宝菜 容器に入れる。野菜炒めが乾燥している場合はバターかサラダ油を加える。加熱後、かき混ぜる。	×
煮もの	●野菜の煮もの・おでん(卵は取り除く) 容器に入れて煮汁をかける。	×
煮もの	●煮魚 容器に入れて煮汁をかける。 煮魚は身が飛び散ることがあるので、深めの皿を使い、おおいをする。	●
蒸しもの	●シューマイ 重ならないように皿に並べ、水分を補ってから加熱する。 乾燥ぎみのときはサッと水にくぐらせる。	×
汁もの	●カレー・シチュー えびやいか、丸ごとのマッシュルームが飛び散ることがある。(丸ごとのマッシュルームはあらかじめ取り除き、加熱後、加える。) 仕上がり調節 やや強 に合わせる。	●
汁もの	●みそ汁・コンソメスープ 漆器やプラスチック製の容器は使えない。陶磁器や耐熱性の容器を使う。 仕上がり調節 やや強 に合わせる。	×

冷凍ご飯、冷凍お総菜の解凍あたためメニュー

- ● あたため キーを2度押して 解凍あたため で調理します。
- ●オート調理の1回分の分量目安は1～4人分です。
(分量は食品と容器を合わせて あたため は1,800g、1ごはん は1,200gまでです。)
- ●食品の重量が100ｇ未満のときは手動 レンジ 700W であたためます。(17・30ページ参照)

●印はラップまたはふたなどでおおいをする。×印はおおいをしない。

	メニュー名および調理のコツ	おおいの有無
ご飯もの／めん類	●冷凍ご飯・おにぎり 四角形に形作ったご飯を平皿にのせる。2個以上のときは分量を同じにして中央をあける。 ●冷凍チャーハン・ピラフ ほぐして皿に入れる。 加熱後かき混ぜる。 ●冷凍スパゲッティ 皿に入れる。加熱後かき混ぜる。	●
焼きもの	●冷凍ハンバーグ 皿にのせる。加熱後、裏返してしばらくおく。	●
揚げもの	●冷凍天ぷら・フライ・コロッケ 皿に並べる。仕上がり調節 やや弱 か 弱 に合わせる。油が気になるときは、加熱後、ペーパータオルにとる。	×
炒めもの	●冷凍八宝菜・ミートボール 容器に入れる。 加熱後、かき混ぜる。	●
蒸しもの	●冷凍シューマイ サッと水にくぐらせて皿に並べる。 加熱後すぐにラップをはずす。	●
汁もの	●冷凍カレー・シチュー 耐熱性の容器に入れ、おおいをする。 ふたの代わりにラップをするときは、仕上がり調節 やや強 か 強 に合わせ、ゆとりをもっておおう。 加熱後かたまりをほぐし、かき混ぜる。	●

あたため 解凍あたため 1ごはん メニューを手動調理するときの

加熱時間一覧表

あたための目安時間

●印はラップまたはふたなどでおおいをする。×印はおおいをしない。

	メニュー名	おおいの有無	手動調理の加熱時間 レンジ 700W 分量	加熱時間
ご飯もの／めん類	ご飯	×	150g (1杯)	約1分
	おにぎり		150g (1個)	
	チャーハン・ピラフ		250g (1人分)	約1分40秒
	スパゲッティ・焼きそば			約2分30秒
焼きもの	焼き魚	●	100g (1人分)	約1分
	ハンバーグ・焼き肉	×		
	焼きとり		150g (5串)	約1分40秒
揚げもの	天ぷら・フライ	×	100g (2～4個)	40～50秒
	コロッケ		150g (2個)	50秒～1分
炒めもの	野菜の炒めもの	×	200g (1人分)	約1分40秒
	酢豚・八宝菜		300g (1人分)	約2分30秒
煮もの	野菜の煮もの	×	200g (1人分)	1分40秒～2分
	煮魚	●	100g (1切れ)	約50秒
蒸しもの	シューマイ	×	200g (10～13個)	約1分10秒
汁もの	カレー・シチュー	●	200g (1人分)	約1分40秒
	みそ汁 コンソメスープ	×	150mL (1人分)	1分10秒～1分40秒

(1mL=1cc)

解凍あたための目安時間

●印はラップまたはふたなどでおおいをする。×印はおおいをしない。

	メニュー名	おおいの有無	手動調理の加熱時間 レンジ 700W 分量	加熱時間
ご飯もの／めん類	冷凍ご飯	●	150g (1杯)	2分～2分30秒
	冷凍おにぎり		150g (1個)	
	冷凍チャーハン・ピラフ		250g (1人分)	3分20秒～4分
	冷凍スパゲッティ			
焼きもの／揚げもの	冷凍ハンバーグ	●	100g (1人分)	2分30秒～3分
	冷凍天ぷら・フライ	×	100g (2～4個)	約1分40秒
	冷凍コロッケ		150g (2個)	2分～2分30秒
炒めもの	冷凍八宝菜	●	300g (1人分)	3～4分
	冷凍ミートボール		100g (1人分)	約2分10秒
蒸しもの	冷凍シューマイ	●	200g (10～13個)	2分30秒～3分
汁もの	冷凍カレー・シチュー	●	200g (1人分)	3分30秒～4分

ーフライなどの市販の冷凍食品を加熱するときはー

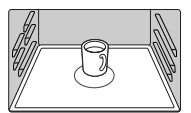
食品メーカーが指示するトレーや容器に入れて、テーブルプレートの中央に寄せて置きます。加熱時間はメーカーが設定している手動 レンジ 500W の時間を目安にして、様子を見ながら加熱し、加熱後すぐに裏返します。(1個50g以下のものを1～2個で加熱するときは、記載時間より若干多めに加熱します。)

まんじゅう・パン類、冷凍野菜の加熱時間一覧表

■まんじゅう・パン類や冷凍野菜は、オート調理ではあたためられません。
手動 レンジ 700W で加熱してください。

●印はラップまたはふたなどでおおいをする。×印はおおいをしない。

	メニュー名	おおいの有無	分量	加熱時間	調理のコツ
まんじゅう／パン類	あんまん・肉まん	●	80g (各1個)	30～40秒	底の紙を取り、サッと水にくぐらせてからゆとりをもたせてラップで包み、皿にのせる。加熱しすぎると中の具が熱くなり、やけどの恐れがある。
	冷凍あんまん・肉まん		80g (各1個)	50秒～1分10秒	
	まんじゅう	×	100g (2個)	20～30秒	包装をはずして皿にのせる。 加熱後、時間がたつと固くなるので、食べる直前に加熱する。
	パン類		80g (1～2個)	約20秒	
冷凍野菜	ミックスベジタブル グリンピース	×	100g	1分～1分20秒	袋から出してサッと水にくぐらせて皿に広げる。加熱後かき混ぜる。少量(100g未満)をラップに包んで加熱すると、火花(スパーク)が発生して食品がこげたり、乾燥することがある。(26ページ参照)
	ほうれん草・いんげん		200g	約1分50秒	
	枝豆・かぼちゃ	●	200g	約3分	
	スイートコーン		300g (1本)	5～6分	包装をはずしてサッと水にくぐらせ、ラップに包んで加熱する。

オート調理

オートメニュー　２牛　乳

牛乳をキーを押すだけで、飲みごろの温度にあたためます。

2牛乳 の使いかた

食品を入れる	※テーブルプレートが加熱室底面にセットされていることを確認します。 セットされていない場合、表示窓に「C02」が表示され、加熱できません。 (牛乳の場合)
1 2牛乳 キーを１度押す	表示窓に「2」が表示されます。 ■スタートのランプが点滅します。
2 スタートキーを押す	庫内灯が点灯し、加熱が始まります。 ■途中から残り時間を表示します。 途中で変わる
終了音が鳴ったら食品を取り出す	庫内灯が消灯し、表示が「0」になり、加熱が終ります。

2牛乳 のコツ

1回の分量は
１杯(200mL)から4杯までです。1杯が½量以下の時は手動 レンジ700W か手動 レンジ500W で加熱します。
(30ページ参照)(1mL=1cc)

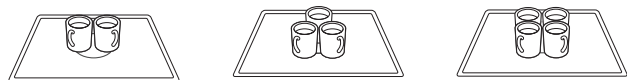
容器は
広口で背の低いマグカップを使います。

牛乳は冷蔵室から出したてのものを使います
冷蔵室から出してしばらくおいたものを加熱するときは、仕上り調節 弱 で加熱します。

牛乳は容器の7〜8分目まで入れます
容器に対して少量(⅓量以下)しか入れないと、加熱室から取り出した後でも、突然沸とうして飛び散り、やけどすることがあります。

牛乳びんでの加熱はできません。

仕上がりがぬるかったときは
手動 レンジ700W で様子を見ながら、さらに加熱します。
2牛乳 で追加加熱すると、熱くなりすぎます。

並べかたは
2個以上の場合は、テーブルプレートの中央に寄せて置きます。

オート調理

オートメニュー　3点心　3かんたん煮

身近かにある食材を使ってお総菜作りから、生地から作る点心も、ふっくらおいしく仕上げます。

キャセロールのふた、スチームプレート、を使う。　キャセロールのふたを使う。

お総菜 3点心/かんたん煮 の使いかた

食品を入れる	※テーブルプレートが加熱室底面にセットされていることを確認します。 セットされていない場合、表示窓に「C02」が表示され、加熱できません。 (えびのケチャップ煮の場合) (67ページ参照)
1 お総菜 3点心/かんたん煮 キーを押す	表示窓に「3」が表示されます。 ■スタートのランプが点滅します。
2 スタートキーを押す	庫内灯が点灯して加熱が始まります。 途中で変わる
終了音が鳴ったら食品を取り出す	庫内灯が消灯し、表示が「0」になり、加熱が終ります。

お総菜 3点心/かんたん煮 のコツ

分量は
一度に作れる分量は表示の分量です。
(この分量以外のオート調理はできません。)

容器は
専用キャセロールのふたとスチームプレートを、メニューによって使い分けます。

3点心 を作るときは
専用キャセロールのふたにお湯(30mL)を張り、スチームプレートをのせ、食品を並べてラップをして加熱します。

お湯(30mL)を張る　スチームプレートをのせる　食品を並べてラップをする

3かんたん煮 を作るときは
専用キャセロールのふたに食品をのせ、ラップをして加熱します。

"点心"は加熱前にたっぷり水分を
加熱前に水にくぐらたり、霧を吹いたりして水分をたっぷりかけてから加熱します。

テーブルプレートの中心に置いて加熱します。

加熱がたりないときは
手動 レンジ200W で追加加熱をします。

加熱後あたたかいうちに食べる
手作り"点心"は、あたたかいうちに食べきることがおいしい食べかたです。

オート調理

オートメニュー

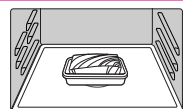
PAM解凍 4さしみ 5解凍 / パリッとあたため 6冷蔵 7冷凍 / 8かんたんピザ / 9スポンジケーキ/チーズケーキ / 10 かんたんパン/めろんパン / 11 グラタン/ドリア

生で冷凍した魚や肉の鮮度やうまみをほとんど損なわずに、スピーディーに解凍します。

PAM解凍 4さしみ 5解凍 の使いかた

(例) PAM解凍 4さしみ の場合

食品を入れる

※テーブルプレートが加熱室底面にセットされていることを確認します。
セットされていない場合、表示窓に「C 02」が表示され、加熱できません。

(まぐろのさしみの場合)

1 オートメニューキーを押す

表示窓の番号をオートメニューの番号に合わせる。
■スタートのランプが点滅します。

4は、さしみとして使う冷凍食品を、解凍するとき使います。
5は、解凍後、すぐ調理する冷凍食品のとき使います。

2 スタートキーを押す

庫内灯が点灯し、加熱が始まります。

途中で変わる

終了音が鳴ったら食品を取り出す

庫内灯が消灯し、表示が「0」になり、加熱が終ります。

PAM解凍 のコツ

加熱室は冷ましてから使ってください。
グリル、オーブン、脱臭の使用後は加熱室やテーブルプレートが熱くなっています。発泡スチロールのトレーが溶けたり、加熱しすぎることがあります。充分冷ましてから使ってください。

発泡スチロールのトレーは、生ものの解凍以外には絶対に使用しないでください。

PAM解凍 4さしみ 5解凍 の上手な使いかた

- **冷凍室で冷凍された肉や魚を解凍します。**
- **一度に解凍できる分量は、100〜1,000gです。**
  分量が多すぎると"ピッピッピッ"となり、表示窓に「C 03」が表示され、解凍されません。
- **冷凍室から出したばかりのコチコチに凍ったものを使います。**
- **発泡スチロール製のトレーにのせたまま解凍**
  ラップなどの包装をはずし、テーブルプレートの中央にのせて解凍します。グラム・ポジション システムが働きます。陶磁器や耐熱性の皿などは使わないでください。トレーがない場合は、テーブルプレートにオーブンシートかペーパータオルを敷いて解凍します。
- **冷凍保存温度は－18℃を基準にしています。**
  －20℃以下の冷凍食品をオート調理すると、解凍不足になることがあります。手動 レンジ100W で様子を見ながら、さらに解凍してください。
- **分量が100g未満のときは手動 レンジ100W で様子を見ながら解凍します。**
- **4さしみ 5解凍 を使い分け**
  さしみとして解凍する場合は PAM解凍 4さしみ にします。
  肉や魚を解凍後、すぐ調理する場合は PAM解凍 5解凍 にします。
- **調理済み冷凍食品や冷凍野菜の解凍は**
  手動 レンジ200W にして200gで4〜5分を目安に、様子を見ながら解凍します。解凍からあたためまで加熱する時は、解凍あたため で加熱します。冷凍野菜は17ページを参照します。
- **アルミホイルを使って**
  形、厚みが均一でないものは、細いところや薄いところに巻きます。大きなかたまりにはまわり(側面)に巻きます。
  アルミホイルが加熱室側面やドアファインダーに触れると火花(スパーク)が出て、テーブルプレートやドアファインダーが割れる恐れがあります。
- **解凍が足りなかったときは、手動 レンジ100W で様子を見ながらさらに解凍します。**
- **とけかけている食品やバラバラになって凍っているものは、手動 レンジ100W か手動 レンジ200W で途中様子を見ながら解凍します。**

PAM解凍 4さしみ のコツ

まぐろ、いか、えび(さしみ用)を解凍後、そのまま生で食べるときに使います。

均一な厚さのもの

食品の中心が、少し凍っている状態に仕上がりますので、サクサクと包丁で切りやすく、食卓に出すとき食べごろになります。

丸まった方を下にする

PAM解凍 5解凍 のコツ

肉や魚を解凍後、すぐ調理するときに使います。

薄く平たくしたもの

薄切り肉は、解凍後両手で大きくしならせます。
ひき肉やかたまり肉は仕上がり調節 やや強 に合わせて解凍します。

アルミホイルを使って

頭や尾の部分は、先に加熱されやすいのでアルミホイルをピッタリと巻いて解凍すると、変色や煮えが防げます。

- **加熱途中で、食品の上下を返して解凍するとさらに良くなります。**
- **解凍後、食品の上下を返して必ず3〜5分そのまま置いて自然解凍します。**

上手な冷凍保存(フリージング)のコツ

★材料は新鮮なものを
1回分ずつ(200〜300g)に分け、1〜3cmの厚さで、極端に薄くならないように平らな形にまとめます。
★ラップなどでピッタリ密封します。
★魚の下ごしらえは
魚はうろこやえら、内臓を取り、塩水で洗って水気をふき取り、一尾ずつ冷凍します。
★バランなどの飾りや敷きものは取り除きます。

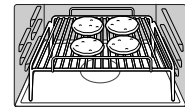
市販のチルド食品・冷凍のお総菜を、付属の焼網にのせて中は「しっとり」表面は「こんがり」焼き上げます。

パリッとあたため 6冷蔵 7冷凍 の使いかた

付属の焼網を使う。

(例) 調理済み冷凍食品の場合

食品を入れる

※テーブルプレートが加熱室底面にセットされていることを確認します。
セットされていない場合、表示窓に「C02」が表示され、加熱できません。

(チルドハンバーグの場合)
(62ページ参照)

1 オートメニューキーを押す

表示窓の番号をオートメニューの番号に合わせます。
■スタートのランプが点滅します。

2 スタートキーを押す

数秒後に変わる

庫内灯が点灯し、加熱が始まります。

途中で変わる

終了音が鳴ったら食品を取り出す

庫内灯が消灯し、表示が「0」になり、加熱が終ります。

パリッとあたため 6冷蔵 7冷凍 のコツ

分量は
1人分(約100g)〜6人分までです。(この分量以外のオート調理はできません)

焼網をテーブルプレートにセットして使う
焼網はテーブルプレートの四隅凸部の内側にセットします。(23ページ参照)

グラム・ポジション システムが働きますので陶磁器や耐熱性の皿は使わないでください。

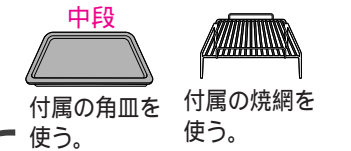
食品を取り出すときは
厚手の乾いたふきんやオーブン用手袋を使って、食品をのせたまま焼網を取り出すか、菜ばしを使って食品を直接取り出します。

食品の種類によってキーを使います。
6冷蔵 は、常温や冷蔵保存の調理済み食品やチルド食品を加熱します。7冷凍 は、調理済み冷凍食品を加熱します。

加熱する食品は
チルド食品や調理済み冷凍食品のハンバーグや焼きおにぎりなどの焼きもの、揚げもの、フライを加熱します。中はレンジですばやく加熱し、表面はグリルでこんがりと焼きたてに仕上げます。小さくて焼網にのせにくいものは角皿に直接またはオーブンシートを敷いた上に並べ中段に入れ手動 オーブン (2度押し) 210℃ にして 1段/2段 キーを押し、1段にして様子を見ながら加熱します。

テーブルプレートにアルミホイルは絶対に敷かないでください。(火花(スパーク)の原因)

オート調理
オートメニュー

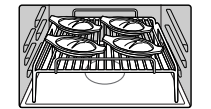
グラム・ポジション システムで直径15cmから21cmのスポンジケーキの大きさを見分けて上手に焼きます。
手作りグラタンもキーを選んでスタートキーを押すだけのかんたん操作で、しかもレンジ加熱とグリル加熱で焼き上げ時間が短縮されます。

8かんたんピザ　9スポンジケーキ/チーズケーキ　10かんたんパン/めろんパン　11グラタン/ドリア
中段

付属の角皿を使う。　付属の焼網を使う。

8かんたんピザ〜11グラタン/ドリア の使いかた

(例) 11グラタン/ドリア の場合

食品を入れる

※テーブルプレートが加熱室底面にセットされていることを確認します。
セットされていない場合、表示窓に「C02」が表示され、加熱できません。

(グラタンの場合)
(60ページ参照)

1 オートメニューキーを押す

表示窓の番号をオートメニューの番号に合わせる。

2 スタートキーを押す

数秒後に変わる

庫内灯が点灯し、加熱が始まります。
■途中から残り時間を表示します。

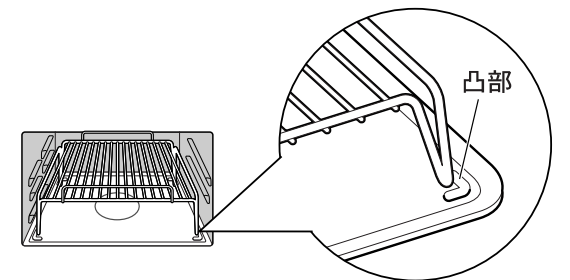
途中で変わる

終了音が鳴ったら食品を取り出す

庫内灯が消灯し、表示が「0」になり、加熱が終ります。

8かんたんピザ 〜 11グラタン/ドリア のコツ

8かんたんピザ のコツは72ページを参照します。
9スポンジケーキ/チーズケーキ のコツは76ページを参照します。
10かんたんパン/めろんパン のコツは87ページを参照します。
11グラタン/ドリア のコツは60ページを参照します。

焼網をテーブルプレートにセットするときは
テーブルプレート四隅凸部の内側にセットします。焼網が、加熱室奥面と接触すると、スパーク(火花)が発生して抗菌脱臭コートが損傷します。

オート調理

オートメニュー

茶わん蒸し：1個から6個までオート調理できます。

12 茶わん蒸し/小田巻き蒸し の使いかた

食品を入れる

※テーブルプレートが加熱室底面にセットされていることを確認します。
セットされていない場合、表示窓に「C02」が表示され、加熱できません。

(茶わん蒸しの場合)
(59ページ参照)

1 オートメニューキーを押す

表示窓の番号をオートメニューの番号に合わせる。
■スタートのランプが点滅します。

2 スタートキーを押す

数秒後に変わる

途中で変わる

庫内灯が点灯し、加熱が始まります。
■途中から残り時間を表示します。

終了音が鳴ったら食品を取り出す

庫内灯が消灯し、表示が「0」になり、加熱が終ります。

14 茶わん蒸し のコツ

分量は
1～6個まで作れます。

容器は
直径が8cmくらいのふたつきのもので、ふたを含めた重量が、約200g前後のものが適しています。

卵液の温度は20～25℃にする
低いときは、仕上がり調節を やや強 か 強 に、高いときは やや弱 か 弱 にします。

卵液と具を合わせて茶わん蒸し容器の7分目位くらいの高さが目安です。

容器の置きかたは
テーブルプレート中央円の周囲に等間隔に離して並べます。

加熱室は冷ましてから
オーブン グリル 脱臭 使用後で加熱室が熱いと上手に仕上がりません。

取り出すときは注意する
容器が熱くなり、すべりやすくなっています。乾いたふきんなどを用いて、気をつけて出してください。

加熱が足りなかったときは
手動 レンジ200W で、様子を見ながら加熱します。

オート調理

オートメニュー

12 茶わん蒸し/小田巻き蒸し 13 揚げもの:から揚げ/ヒレカツ 14 焼きもの:スペアリブ/つけ焼き
15 炒めもの:焼そば/八宝菜 16 葉　・　果　菜 17 根　菜
18 炒　飯 / ピ ラ フ 19 煮込み:シチュー/豚の角煮

揚げものは天かすや煎りパン粉を使い油をおさえて、焼きものは食品の余分な油を落とし、炒めものは油をほとんど使わずに高火力レンジでカロリーをおさえたヘルシーメニューが作れます。

13揚げもの　14焼きもの　15炒めもの

付属の焼網を使う。

付属の焼網を使う。

13 揚げもの ～ 15 炒めもの の使いかた

(例) 13揚げもの の場合

食品を入れる

※テーブルプレートが加熱室底面にセットされていることを確認します。
セットされていない場合、表示窓に「C02」が表示され、加熱できません。

ヒレカツの場合
(64ページ参照)

1 オートメニューキーを押す

表示窓の番号をオートメニューの番号に合わせる。
■スタートのランプが点滅します。

2 スタートキーを押す

庫内灯が点灯して加熱が始まります。

数秒後に変わる

途中で変わる

終了音が鳴ったら食品を取り出す

庫内灯が消灯し、表示が「0」になり、加熱が終ります。

13 揚げもの 14 焼きもの 15 炒めもの のコツ

13揚げもの のコツは64ページを参照します。
14焼きもの のコツは65ページを参照します。
15炒めもの のコツは66ページを参照します。

⚠ 注意

15 炒めもの のときは少量の食品を加熱しない。
少量（表示の分量の½量以下）で加熱すると食品がこげたりすることがあります。

オート調理

オートメニュー

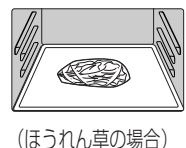
お湯を使わないので、熱に弱く、水にとけやすいビタミン類の損失が少なくてすみ、色あざやかに仕上がります。

16葉・果菜 17根菜 の使いかた

(例) 16葉・果菜 の場合

食品を入れる

※テーブルプレートが加熱室底面にセットされていることを確認します。
セットされていない場合、表示窓に「E02」が表示され、加熱できません。

(ほうれん草の場合)

1 オートメニューキーを押す

表示窓の番号をオートメニューの番号に合わせる。
■スタートのランプが点滅します。

2 スタートキーを押す

庫内灯が点灯して加熱が始まります。

途中で変わる

終了音が鳴ったら食品を取り出す

庫内灯が消灯し、表示が「0」になり、加熱が終ります。

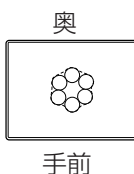
16葉・果菜 17根菜 のコツ

1回の分量は
16葉・果菜で加熱する葉菜・果菜・花菜類は100～500g、17根菜で加熱する根菜類は100～1000gです。
分量が100g未満のときは、オート調理はできません。手動調理で加熱時間を設定して様子を見ながら加熱します。(30・44ページ参照)

ラップで包みテーブルプレートの中央に直接にのせて
16葉・果菜 17根菜 はラップですき間のないようにピッタリと包み、直接テーブルプレートの中央にのせて加熱します。丸のままのじゃがいもなど複数個を加熱するときはまとめてラップに包んで加熱します。

少量で加熱するときは
分量が100g未満のときはオート調理できません。手動 レンジ 500W で様子を見ながら加熱します。(30ページ参照)
特に、小さく切ったにんじんなど野菜が少量(100g未満)のとき乾燥したり、火花(スパーク)が出てこげたりすることがあります。水を多めにふりかけてラップで包むか、皿などに広げ、浸るくらいの水を入れてラップでおおい、同様に加熱します。

テーブルプレートに野菜の汁が流れ出ることがあります。汁をペーパータオルかふきんでふきとってから、洗い流します。

仕上がり調節キーは
やわらかめにしたい場合は、やや強 か 強、固めにしたい場合には やや弱 か 弱 にします。また、野菜の種類や分量、形状によっても使い分けます。(44ページ参照)
＊葉・果花菜、根菜の種類と区分けは44ページの加熱時間一覧表を参照します。冷凍した野菜は17ページを参照し、手動 レンジ 700W で加熱します。
＊ラップに包んだじゃがいもも6個を加熱するときは図のように置いて加熱します。

奥
手前

オート調理

オートメニュー

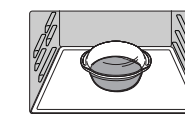
12 茶わん蒸し/小田巻き蒸し 13 揚げもの:から揚げ/ヒレカツ 14 焼きもの:スペアリブ/つけ焼き
15 炒めもの:焼そば/八宝菜 16 葉・果菜 17 根菜
18 炒飯/ピラフ 19 煮込み:シチュー/豚の角煮

炊飯やピラフのむずかしい火加減も、レンジとオーブンで上手にコントロールしておいしく炊き上げます。

18炊飯/ピラフ の使いかた

専用キャセロール(容器、ふた)を使う。

食品を入れる

※テーブルプレートが加熱室底面にセットされていることを確認します。
セットされていない場合、表示窓に「E02」が表示され、加熱できません。

炊飯の場合
(56ページ参照)

1 オートメニューキーを押す

表示窓の番号をオートメニューの番号に合わせる。
■スタートのランプが点滅します。

2 スタートキーを押す

数秒後に変わる

途中で変わる

庫内灯が点灯して加熱が始まります。

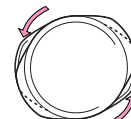
終了音が鳴ったら食品を取り出す

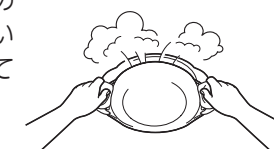
庫内灯が消灯し、表示が「0」になり、加熱が終ります。

18炊飯/ピラフ のコツ

容器は
専用キャセロール(容器とふた)を使います。

分量は
炊飯は1カップから3カップまでです。ピラフや炊き込みご飯は、2カップまでです。

専用キャセロールのふたをするときは
取っ手部を少しずらしてかぶせると、加熱後、楽にはずせます。

調理直後の容器の取り出しは
熱くなっているので、乾いたふきんを使って取り出します。

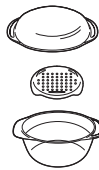
調理直後にふたを開けるときは
熱気が一気に吹き出すので、やけどの危険があります。図のように必ず乾いたふきんを使って向こう側から開けてください。

必ず吸水を
ご飯は､炊く前に分量の水に1時間ほどつけ、充分吸水させます。

加熱後は
かき混ぜて、ふきんとふたをして蒸らします。

オート調理

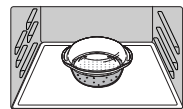
オートメニュー

12 茶わん蒸し/小田巻き蒸し　13 揚げもの:から揚げ/ヒレカツ　14 焼きもの:スペアリブ/つけ焼き
15 炒めもの:焼そば/八宝菜　16 葉・果菜　17 根菜
18 炒飯/ピラフ　19 煮込み:シチュー/豚の角煮

付属のキャセロールとスチームプレートを使って、かぼちゃの煮ものから、時間をかけてゆっくり煮込むシチューも、形くずれなくやわらかく仕上げます。

専用キャセロール(容器、ふた)、スチームプレートを使う。

19 煮込み の使いかた

食品を入れる

※テーブルプレートが加熱室底面にセットされていることを確認します。
セットされていない場合、表示窓に「C02」が表示され、加熱できません。

豚の角煮の場合
(55ページ参照)

1 オートメニューキーを押す

表示窓の番号をオートメニューの番号に合わせる。
■スタートのランプが点滅します。

2 スタートキーを押す

途中で変わる

庫内灯が点灯して加熱が始まります。

強 中 弱 オート レンジオーブン 53分

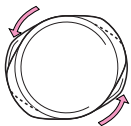
終了音が鳴ったら食品を取り出す

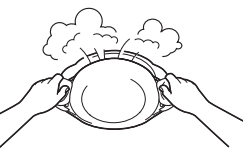
庫内灯が消灯し、表示が「0」になり、加熱が終ります。

19 煮込み のコツ

分量は
一度に作れる分量は表示の分量の0.8倍から1.2倍量です。(この分量以外のオート調理はできません。)

落としぶたはスチームプレートで
煮汁が全体にいきわたるようにします。スチームプレートのかわりに、平皿やオーブンシートを丸形に切って、十文字の切り目を入れたものを使います。

専用キャセロールのふたをするときは
取っ手部を少しずらしてかぶせると、加熱後、楽にはずせます。

調理直後の容器の取り出しは
熱くなっているので、乾いたふきんを使って取り出します。

調理直後にふたを開けるときは
熱気が一気に吹き出すので、やけどの危険があります。図のように、必ず乾いたふきんを使って向こう側から開けてください。

オート調理のお願い

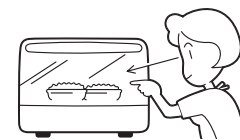
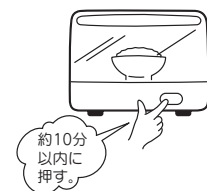
調理する分量や材料は
ククレットガイドを参照し、材料や分量を守ってください。適量でないと上手に仕上がらないことがあります。
ククレットガイドに記載しているメニューのなかで**標準量**とは、一度に作れる分量の目安です。

使用する付属品や容器は
使用する付属品や容器が違うと上手に仕上がらないことがあります。ククレットガイドを参照してください。また、グラム・ポジションシステムが働きます。分量に合った大きさの容器を使ってください。

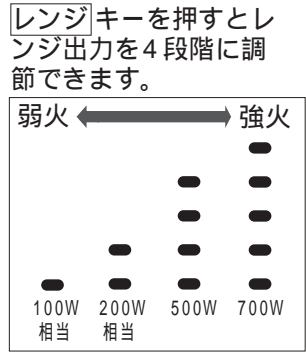
オート調理で作れるものは
ククレットガイドに記載してある料理以外は、オート調理で上手に仕上がらないことがあります。
手動調理で様子を見ながら加熱してください。

加熱中にドアを開けると
上手に仕上がらないことがあります。ただしオーブン料理で焼むらが気になるときは焼き時間の⅔〜¾が経過してからドアを開いて食品を入れ替えてください。

オート調理できる分量は
ククレットガイドに表示している分量です。食品の重量が100g未満の分量はオート調理できません。手動調理で加熱時間を設定して様子を見ながら加熱してください。
(30ページ参照)

追加加熱は手動調理で
オート調理で追加加熱すると、加熱しすぎになります。
手動調理で様子を見ながら加熱してください。

あたため キーは、ドアを閉めてから約10分以内に押す
約10分を越えるとスタートしません。ドアを開閉して、キーを押してください。

オートメニューと表示

オートメニュー	表示窓の表示	加熱方法	使用する付属品
1 ごはん	強・中・弱 オート レンジ 1	レンジ	(テーブルプレートの中央に容器を置きます。)
2 牛乳	強・中・弱 オート レンジ 2	レンジ	
お総菜 3点心/かんたん煮	強・中・弱 オート レンジ 3	レンジ	専用キャセロール(ふた) スチームプレート
PAM解凍 4 さしみ	強・中・弱 オート レンジ 4	レンジ	(テーブルプレートの中央に発泡トレーにのせて置きます。)
PAM解凍 5 解凍	強・中・弱 オート レンジ 5	レンジ	
パリッとあたため 6 冷蔵	強・中・弱 オート グリル レンジ 6	レンジ/グリル	(焼網)
パリッとあたため 7 冷凍	強・中・弱 オート グリル レンジ 7	レンジ/グリル	
8 かんたんピザ	強・中・弱 オート オーブン 8 黒皿中段	オーブン	(角皿1枚)
9 スポンジケーキ/チーズケーキ	強・中・弱 オート オーブン 9	オーブン	(焼網)
10 かんたんパン/めろんパン	強・中・弱 オート オーブン 10 黒皿中段	オーブン	(角皿1枚)
11 グラタン/ドリア	強・中・弱 オート グリル レンジ 11	レンジ/グリル	(焼網)
12 茶わん蒸し/小田巻き蒸し	強・中・弱 オート レンジ オーブン 12	レンジ/オーブン	(テーブルプレートの中央に容器を置きます。)
13 揚げもの	強・中・弱 オート グリル オーブン 13	オーブン/グリル	(焼網)
14 焼きもの	強・中・弱 オート グリル レンジ 14	レンジ/グリル	
15 炒めもの	強・中・弱 オート レンジ 15	レンジ	(テーブルプレートの中央に置きます。)
16 葉・果菜	強・中・弱 オート レンジ 16	レンジ	
17 根菜	強・中・弱 オート レンジ 17	レンジ	
18 炊飯/ピラフ	強・中・弱 オート レンジ オーブン 18	レンジ/オーブン	専用キャセロール(容器、ふた)
19 煮込み	強・中・弱 オート レンジ オーブン 19	レンジ/オーブン	専用キャセロール(容器、ふた) スチームプレート

レンジキーを押すとレンジ出力を4段階に調節できます。

レンジの使いかた

(例) お総菜のあたため の場合

食品を入れる

※テーブルプレートが加熱室底面にセットされていることを確認します。セットされていない場合、表示窓に「E02」が表示され、加熱できません。

(お総菜のあたための場合)

1 レンジ キーを押す

時間のランプが点滅します。
■レンジキーを押すごとに700W➡500W➡200W➡100W➡700Wの順に調節できます。

2 タイマーセットキーを押し時間を合わせる

時間のランプが点灯しスタートのランプが点滅します。

3 スタートキーを押す

庫内灯が点灯し、加熱が始まります。

終了音が鳴ったら食品を取り出す

庫内灯が消灯し、表示が「0」になり、加熱が終ります。

0

加熱時間の決めかた

●同じ分量でも食品の種類（材質）によって調理時間も違います。その目安はつぎのとおりです。

食品100ｇ当たり手動 レンジ700W の加熱時間の目安

食品の種類		生からの調理	あたため
野菜類	葉・果菜類	1分～1分30秒	50秒～1分
	根菜類	1分30秒～1分50秒	50秒～1分
魚介類		1分30秒～1分50秒	50秒～1分
肉類		1分50秒～2分20秒	1分～1分20秒
ご飯類		——	30秒～50秒
めん類		——	50秒～1分
汁もの（みそ汁・スープなど）		——	1分10秒～1分30秒
飲みもの（酒・牛乳など）		——	30秒～50秒
パン・まんじゅう		——	20秒～40秒
ケーキ		50秒～1分	——

※手動 レンジ500W で加熱する場合は約1.2倍の加熱時間にします。

（標準温度20℃のとき）

●食品の分量にほぼ比例します
分量が倍になれば時間も倍、半分になれば時間も半分になります。

●加熱前の食品温度によっても違います
同じ食品でも、冷蔵室や冷凍室から出して使う場合は、加熱時間がかかります。標準温度（20℃のとき）に対して、冷蔵は1.3倍、冷凍は2.3倍が目安です。また夏と冬で多少加熱時間が違います。

●使う容器によっても違います
容器の材質や大きさ、形状によっても加熱時間は多少違ってきます。

●少量の食品（100g未満）を加熱する場合
手動 レンジ500W で加熱時間を20～50秒に設定し、様子を見ながら加熱します。

煮込みやご飯を手動調理するときに使う加熱方法です。レンジ700W・レンジ500W でひと煮立ちさせ、レンジ200W または レンジ100W でゆっくりじっくり加熱します。

食品を入れる

※テーブルプレートが加熱室底面にセットされていることを確認します。セットされていない場合、表示窓に「E02」が表示され、加熱できません。

(ご飯の場合)
(44・56ページ参照)

1 レンジ700W または レンジ500W にセットする

1. レンジ キーを押し、レンジ700W または レンジ500W を選ぶ

時間のランプが点滅します。

※ レンジ200W または レンジ100W にセットしたときは、2の レンジ キーは受けつけません。

2. タイマーセットキーを押し時間を合わせる

時間のランプが点灯しスタートのランプが点滅します。

レンジ 7分00秒

2 レンジ200W または レンジ100W にセットする

1. レンジ キーを押し、レンジ200W または レンジ100W に合わせる

スタートのランプが消え、時間のランプが点滅します。

2. タイマーセットキーを押し時間を合わせる

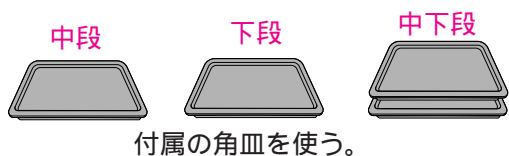
時間のランプが点灯しスタートのランプが点滅します。

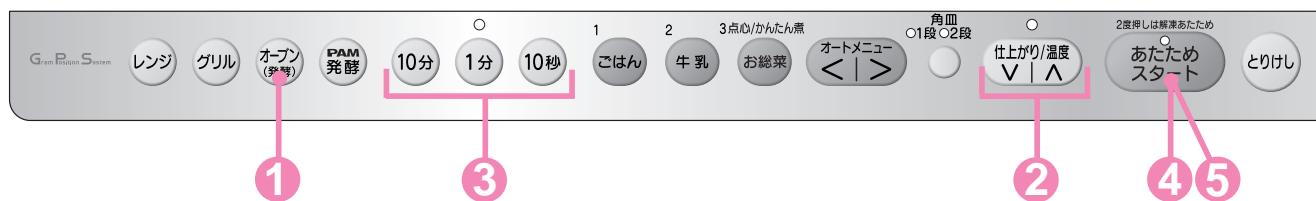
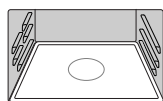
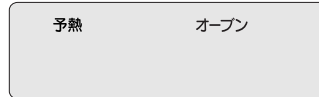
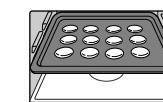
3 スタートキーを押す

庫内灯が点灯し、加熱が始まります。

終了音が鳴ったら食品を取り出す

庫内灯が消灯し、表示が「0」になり、加熱が終ります。

*熱風ヒーターで、食品を包み込むようにして焼きます。
オーブン温度は、発酵35～45℃(5℃間隔)・100～250℃(10℃間隔)・270℃までセットできます。*

オーブン(予熱あり)の使いかた

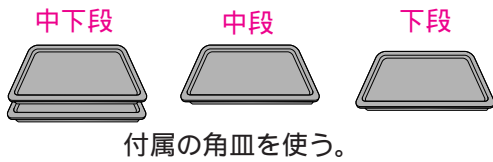
付属の角皿を使う。

(例)シュークリーム の場合 予熱をする	温度のランプが点滅します。 ※テーブルプレートが加熱室底面にセットされていることを確認します。セットされていない場合、表示窓に「C02」が表示され、加熱できません。	
1 オーブン キーを1度押し オーブン(予熱あり)にする	温度のランプが点滅します。 ■2段のランプが点灯します。 	予熱 設定 オーブン 160℃ ⬇数秒後に変わる 予熱 オーブン 0秒
角皿1段の場合は 1段/2段 キーを押し1段に合わせる。	■1段のランプが点灯します。 	
2 温度調節キーで温度を合わせる	■加熱室が熱い場合の最大設定温度は250℃です。 ■数秒後に時間合わせ表示になります。温度表示中でも時間合わせできます。 ※予熱時間は自動的に決まります。	予熱 設定 オーブン 200℃ ⬇数秒後に変わる 予熱 オーブン 0秒
3 タイマーセットキーを押し時間を合わせる	温度と時間のランプが点灯しスタートのランプが点滅します。 ※時間は調理時間です。	

4 スタートキーを押す	庫内灯が点灯し、予熱が始まります。 ■加熱室の温度を100℃から表示します。	
予熱終了音が鳴り予熱が終る	■セットした温度になるか、25分経過すると予熱が終ります。	オーブン 30分
予熱が終ったらすぐに食品を入れる	■予熱が終ってそのままにしておくと、2分間予熱を継続した後、セットした時間を加熱します。	 シュークリームの場合(81ページ参照)
5 スタートキーを押す	庫内灯が点灯して加熱が始まります。温度のランプは点灯しています。	オーブン 30分
終了音が鳴ったら食品を取り出す	庫内灯が消灯し、表示が「0」になり、加熱が終ります。	0

270℃の運転時間は約5分です。その後は自動的に250℃に切り替わります。

追加加熱などで予熱が不要なとき
(予熱なし)の使いかた(34ページ)の方法で行います。

食品の焼き色を調節するため、加熱途中で温度と加熱時間を変えることができます。
■加熱中に オーブン を押すと、セットした温度が表示されます。温度調節キー を押して温度を変えることができます。約2秒後に時間表示に戻ります。
■ オーブン 加熱中に、加熱時間を変えるときは、温度調節キー を押すと、1分単位で増減できます。
(予熱中は、加熱時間を変更できません。変更する場合は予熱が終わってから加熱時間を変更します。)
但し、最大加熱時間(90分)を設定した場合、加熱時間を追加することはできません。また、残時間表示が1分未満となった場合は加熱時間を減らすことはできません。

角皿 1段/2段 キーは、オーブンの火力を調節します。
2段は強火に、1段は弱火に調節できます。通常は2段調理のときは2段にセットし、1段調理は1段にセットしますが、フランスパンのように高火力でしっかり焼き上げたいメニューは、角皿1枚でも2段にセットして焼きます。

オーブン（予熱なし）の使いかた

付属の角皿を使う。

食品を入れる

■食品をのせた角皿を皿受棚に入れます。

※テーブルプレートが加熱室底面にセットされていることを確認します。

（めろんパンの場合）
（89ページ参照）

1 オーブン キーを2度押し オーブン (予熱なし)にする

温度のランプが点滅します。
2段のランプが点灯します。

⬇ 数秒後に変わる

角皿1段の場合は 1段/2段 キーを押し1段に合わせる。

■1段のランプが点灯します。

2 温度調節キーで温度を合わせる

■加熱室が熱い場合の最大設定温度は250℃です。
■数秒後に時間合わせ表示になります。温度表示中でも時間合わせできます。
※予熱時間は自動的に決まります。

⬇ 数秒後に変わる

3 タイマーセットキーを押し時間を合わせる

温度と時間のランプが点灯しスタートのランプが点滅します。

4 スタートキーを押す

庫内灯が点灯して加熱が始まります。
温度のランプは点灯しています。

終了音が鳴ったら食品を取り出す

庫内灯が消灯し、表示が「0」になり、加熱が終ります。

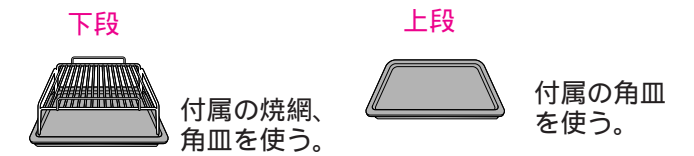
※ 270℃の運転時間は約5分です。その後は自動的に250℃に切り替わります。
■角皿 1段/2段 キーの使いかたは33ページを参照します。

食品の焼き色を調節するため、加熱途中で温度と加熱時間を変えることができます。
■加熱中に オーブン を押すと、セットした温度が表示されます。温度調節キー (仕上がり/温度 ∨|∧) を押して温度を変えることができます。約2秒後に時間表示に戻ります。
■ オーブン 加熱中に、加熱時間を変えるときは、温度調節キー (仕上がり/温度 ∨|∧) を押すと、1分単位で増減できます。
但し、最大加熱時間(90分)を設定した場合、加熱時間を追加することはできません。また、残時間表示が1分未満となった場合は加熱時間を減らすことはできません。

食品の上から加熱しますので、表面にこげめがつき香ばしさがプラスされます。
鮭の塩焼きなど、こげめが欲しい料理に使います。

グリル の使いかた

付属の焼網、角皿を使う。

付属の角皿を使う。

食品を入れる

※テーブルプレートが加熱室底面にセットされていることを確認します。
セットされていない場合、表示窓に「C02」が表示され、加熱できません。

（鮭の切り身の場合）
（50ページ参照）

1 グリル キーを押す

時間のランプが点滅します。

2 タイマーセットキーを押し時間を合わせる

時間のランプが点灯しスタートのランプが点滅します。

3 スタートキーを押す

庫内灯が点灯し、加熱が始まります。

終了音が鳴ったら食品を取り出す

庫内灯が消灯し、表示が「0」になり、加熱が終ります。

※ グリル の最大設定時間は40分です。40分以上のときは残り時間を追加加熱してください。

食品の焼き色を調節するため、加熱途中で加熱時間を変えることができます。
■ グリル 加熱中に、加熱時間を変えるときは、温度調節キー (仕上がり/温度 ∨|∧) を押すと、1分単位で増減できます。
但し、最大加熱時間(40分)を設定した場合、加熱時間を追加することはできません。また、残時間表示が1分未満となった場合は加熱時間を減らすことはできません。

グリル の上手な使いかた

角皿と焼網を使い分けて
魚は角皿にアルミホイルまたはオーブンシートを敷いて並べ、上段に入れて焼きます。肉類は焼網に並べ、角皿にのせて下段に入れます。

魚を焼くときは片面グリルと両面グリルを使い分けて
あじの塩焼きや鮭の切身は、片面を焼いてから裏返して、さらに焼きます。干ものやさばなど半身にしてある魚は、皮側を上にして焼き、裏返しはしません。

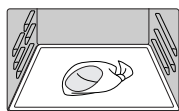
裏返すタイミングは
鮭などの切身は調理時間の½〜⅔で。あじなどの丸身の魚は¼〜⅓で裏返して、さらに焼きます。

並べかたは
半身や切身の魚はタテに並べます。

かますなどの丸身の魚は斜めに並べます。

PAM発酵

生地を直接ソフトな電波(高周波)で加熱し、短時間で発酵させます。仕上がり調節キーは5段階に調節できます。

PAM発酵(レンジ)の使いかた

手順	説明
食品を入れる	※テーブルプレートが加熱室底面にセットされていることを確認します。セットされていない場合、表示窓に「C02」が表示され、加熱できません。
1 PAM発酵 キーを押す	時間のランプが点滅します。
2 タイマーセットキーを押し時間を合わせる	■スタートのランプが点滅します。
3 スタートキーを押す	庫内灯が点灯し、加熱が始まります。
終了音が鳴ったら食品を取り出す	庫内灯が消灯し、表示が「0」になり、加熱が終ります。

かんたんパン生地の場合
(87ページ参照)

PAM発酵(レンジ)の上手な使いかた

- **角皿を使って PAM発酵 (レンジ)はできません。**
  火花(スパーク)の原因となります。
- **メニューによって発酵温度が違います。仕上がり調節キーを使い分けます。(右表参照)**
  PAM発酵 (レンジ)は仕上がり調節キーでメニューに適した電波(高周波)の出力を微妙に調節し、発酵温度をコントロールします。仕上がり調節キーを誤って設定すると上手に仕上がりません。
- 市販の料理ブックの発酵や、お好みの料理の発酵は オーブン(2度押し)で温度調節キー ∨|∧ を押して 発酵 (45℃~35℃)に合わせ様子を見ながら行ってください。(37ページ参照)

※加熱室の温度が低いとき、上ヒーターが加熱する場合があります。ドア、キャビネット、加熱室その他の周辺に触れないでください。

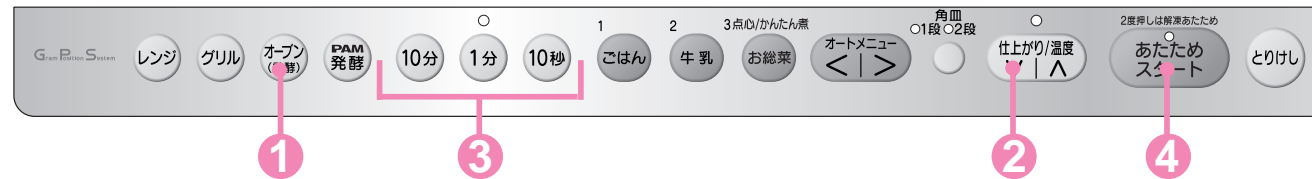
PAM発酵 (レンジ)メニューと記載ページ

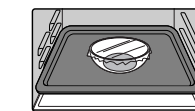
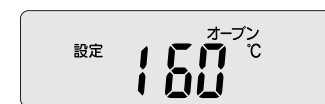
キー	仕上がり調節	メニュー・記載ページ
PAM発酵(レンジ)	やや強	甘酒(91)
	中	かんたんパン(87) かぼちゃパン(88) セサミパン(88) グラハムパン(89) レーズンパン(88) チョコチップめろんパン(89)
	やや弱	ヨーグルト(90) 納豆(91)
	弱	カスピ海ヨーグルト(90)

手動調理 オーブン

ソフトな熱風で、パンの生地を包み込むようにして発酵させます。オーブンの発酵温度は、35~45℃(5℃間隔)にセットできます。

中下段　中段　下段
付属の角皿を使う。

オーブン 発酵 の使いかた

(例)バターロール一次発酵の場合

手順	説明
食品を入れる	■角皿は皿受棚の下段に入れます。※テーブルプレートを加熱室底面にセットしていることを確認します。
1 オーブン キーを2度押し オーブン (予熱なし)にする	温度のランプが点滅します。■数秒後に時間合わせ表示になります。
2 温度調節キーで発酵温度を合わせる ■発酵温度は45・40・35℃の3段階に設定できます。標準の発酵温度は40℃です。	時間のランプが点滅します。■数秒後に時間合わせ表示になります。温度表示中でも時間合わせできます。
3 タイマーセットキーを押し時間を合わせる	■スタートのランプが点滅します。
4 スタートキーを押す	庫内灯が点灯して加熱が始まります。
終了音が鳴ったら食品を取り出す	庫内灯が消灯し、表示が「0」になり、加熱が終ります。

(バターロールの発酵の場合)
(83ページ参照)

PAM発酵(レンジ)の上手な使いかた(応用)

料理編に記載してあるイギリスパン、バターロール、ピザなどの一次発酵を PAM発酵 (レンジ)で行う場合は・・・・

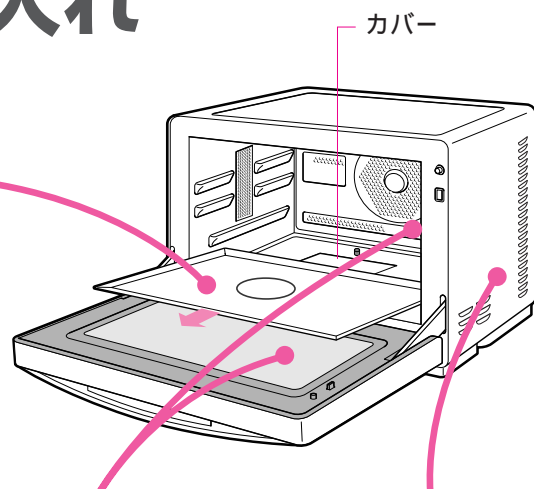
- こね上げた生地を耐熱性ガラスのボールに入れてラップでおおい、テーブルプレートにのせて発酵します。(角皿や金属製の容器は使えません。)
- 87ページのかんたんパンを参照し、ポリ袋を使ってこねることもできます。この場合は袋のまま、記載の発酵時間の少なめの時間を目安にして発酵させます。
- 二次発酵は角皿を使います。PAM発酵 (レンジ)ではできません。オーブン 発酵 で行います。

PAM発酵 仕上がり調節 中 で・・・

メニュー・記載ページ	分量	一次発酵時間
バターロール(83) 動物あんパン(86)	24個分 12個分	20~30分
イギリスパン(85) 胚芽入り山形パン(85)	1型分	20~30分
ミニ山形パン(85)	3型分	
フランスパン(84) (バタール・クーペ・エピ)	1本分・2個分	20~30分
ピザ(73)	1枚分(直径24cm)	10~15分

お手入れ
本体・付属品のお手入れ

お手入れはすぐにこまめにがポイントです。

テーブルプレート
かたく絞ったぬれぶきんでふきます。
ふきんで取れにくいよごれは、テーブルプレートを取り外し市販のクリームクレンザー（研磨剤入り）をつけてその部分をこすって洗い流します。
衝撃を加えると割れる恐れがあります。
割れたり、ひびが入ったときはそのまま使用せず、お買い上げの販売店にご相談ください。そのまま使用すると故障の原因になります。

角皿・焼網・専用キャセロール・スチームプレート
台所用中性洗剤をつけたスポンジたわしで汚れを落として水洗いし、水気を十分にふきとります。

加熱室内壁・前面・ドア内側・カバー
かたく絞ったぬれぶきんでふきます。
汚れがひどいときは台所用中性洗剤をつけた布でふきとり、その後必ず、かたく絞ったぬれぶきんで洗剤をよくふきとります。
※カバーは強くこすらない。（破損、割れ、カケの恐れがあります。）

外　側
やわらかい布でふきとります。
汚れがひどいときは台所用中性洗剤をつけた布でふきとり、その後必ず、かたく絞ったぬれぶきんで洗剤をよくふきとります。

⚠注意

角皿、焼網、スチームプレート、専用キャセロールは、金属たわしや鋭利なものでこすらない。角皿、焼網は、さびることがあります。

テーブルプレートは金属たわしや鋭利なものでこすらない。（割れる恐れ）

キャビネットやドア、操作パネルに水をかけない。（さび、感電、故障の原因）

パネルやドア、加熱室などをオーブンクリーナー、シンナー、ベンジン、スプレーのガラスみがき、漂白剤などでふかない。（傷・変形の恐れ）

★化学ぞうきんの使用は、その注意書きに従ってください。

加熱室内壁に食品くずや汁をつけたままにしない。汚れが取れにくくなり、火花（スパーク）が出たり、さびや悪臭の原因になります。

●加熱室上面、奥面には抗菌脱臭コート処理、その他の加熱室前面、両側面、底面にはフッ素コート処理がしてあります。傷つきやすいので、たわしなど固いものでこすらないでください。

●加熱室底面のテーブルプレートに衝撃を加えたり、水をかけない。（故障の原因）
●割れたときは、そのまま使用せずにお買い上げの販売店に相談する。

においが気になるとき

脱臭 キーを使います ………… 魚を焼いた後、すぐ別の料理をするときや、加熱室のにおいが気になるときに使います。
加熱室の油汚れをとり、においを軽減することができます。

脱臭のしくみ
加熱室に残った油やにおいの成分を、ヒーターの高熱で分解し加熱室外に排出します。
加熱室に残った食品カスは取れませんので、あらかじめふきとってください。

操作の手順は「空焼きのしかた」9ページを参照してください。

⚠注意 「脱臭」の加熱中や終了後しばらくは、ドア、キャビネット、加熱室、その周辺にふれない。（やけどの原因）

故障かな …… と思ったら
次のことをお調べください

症状	確認事項
加熱しない、または電源が入らない	●差込プラグが抜けていませんか。 ●配電盤のヒューズ、またはブレーカーが切れていませんか。 ●表示窓に「０」が表示されていますか。「０」が表示されていない場合ドアを開け閉めしてください。「０」表示します。 ●ドアはきちんと閉まっていますか。 ●ドアを開け閉めしなおしても正常になりませんか。 ●差込プラグを抜いて、差し込みなおしてドアを開閉しても正常になりませんか。
料理のできぐあいが悪い	●調理の手順、ラップのかけかた、食品の量、付属品、容器の使いかたなどは正しいですか。（ククレットガイドで、もう一度確認してください。） ●壁と近づきすぎていませんか。（4ページ参照） ●オート調理のとき、以上の内容を確認しても料理が加熱不足や加熱しすぎになる場合、グラム・ポジション システムの０点調節をしてください。（9ページ参照） ●ケーキやクッキーをくり返して調理する場合、角皿をさましてからご使用ください。こげすぎることがあります。
レンジのとき火花（スパーク）が出る	●角皿を誤って使用していませんか。 ●焼網にアルミホイルを敷いていませんか。 ●加熱室壁などに金属製の調理道具やアルミホイルが触れていませんか。 ●テーブルプレートなどに食品カスがついていませんか。

以上のことをお調べいただき、それでも具合が悪い場合は直ちに差込プラグを抜き、お買い上げの販売店に修理を依頼してください。

故障かな …… と思ったら
次の場合は故障ではありません

症状		説明
■はじめてオーブンを使ったとき煙がでた	➔	加熱室は防錆のため油を塗っています。はじめてお使いのときは、空焼きをして油をとってください。（9ページ参照）
■加熱中「カチ、カチ・・・」と音がする	➔	マイコンがレンジやヒーターなどの切り替えをするときのスイッチ音です。
■ あたため キーを押してもスタートしない	➔	待機時消費電力オフ機能が働いています。ドアを開閉しなおして表示窓に「0」表示させてから あたため キーを押してください。
■加熱中「ジージー」と音がする	➔	インバーターの作動音です。
■セットした温度が途中で変わることがある。	➔	オーブン のとき、270℃の運転時間は約5分です。その後は自動的に250℃になります。
■調理終了後、しばらくすると「カチ」と音がする	➔	調理終了後にドアを閉めてから10分過ぎたときにはたらく待機電力をオフするスイッチの音です。
■270℃に設定できないことがある	➔	加熱室が熱い場合の最大設定温度は250℃になります。
■残り時間が途中で変わることがある	➔	オート調理のとき、料理を上手に仕上げるため加熱途中で残りの加熱時間が変わることがあります。
■キーを押しても受け付けない	➔	待機時消費電力オフ機能が働いています。ドアを開閉しなおして表示窓に「0」表示させてからご使用ください。（11ページ参照）
■終了音の音色が切り替わったり、無音になった	➔	ドアを開閉して表示窓に「0」を表示させてから、仕上がり調節キー を約3秒間押すと"ピッ"と鳴り、終了音の音色が切り替わります。同じ操作でブザー音を無音に切り替えられます。（11ページ参照）
■市販の料理ブックのオーブンメニューや市販の生地を使うと上手にできないことがある	➔	この料理編の類似したメニューの温度と時間を参考にして、手動調理で様子を見ながら焼いてください。（44ページ参照）
■オート調理のとき、料理が加熱不足や加熱しすぎになる	➔	グラム・ポジション システムの0点調節をしてください。（9ページ参照）
■ドアを開けると加熱が取り消される	➔	オート調理では残りの加熱時間を表示していないときにドアを開けると、加熱が取り消されます。
■予熱設定温度が表示される前に予熱が終了した	➔	電源電圧や室温等の影響で設定温度まで表示される前に予熱が終了することがあります。

次ページにつづく ▶

つづき 故障かな・・・・・と思ったら

次の場合は故障ではありません

症状		説明
■加熱中、表示窓やドアがくもったり、水滴が落ちる	➔	料理メニューによって食品から出た水分が水蒸気となり、表示窓やドアの内側がくもることがあります。ドアの内側などに露がつき、床に落ちたときは、ふきんで拭きとってください。
■オーブン、グリル加熱のとき「ポコッ」と音がする	➔	高温のため、加熱室が膨張する音がすることがありますが故障ではありません。
■レンジ加熱のとき「パチン」と音がする	➔	ドアと加熱室の接触面に付着していた水滴がはじける音です。
■庫内灯の明るさが変わるときがある	➔	断続運転のとき庫内灯の明るさが変わることがあります。故障ではありません。
■調理が終了してもファンの風切り音がする	➔	とりけしキーを押した時や調理終了後2分間電気部品を冷却するためファンが回転します。この間、メロディ音の切替やグラム・ポジションシステムの0点調節はできません。
■差込プラグを差し込むとき「カチッ」と音がしたり、スパークが出る	➔	電源回路に充電するためで故障ではありません。
■表示窓に「M」が表示されたままで加熱されない	➔	差込プラグを抜いて、約5秒たってから、差し込みなおしてください。
■予熱途中で加熱室温度の表示が10～20℃上下する。また断続音がする	➔	加熱室温度が安定するまで温度表示が変わります。故障ではありません。また予熱中は熱風ヒーターが断続運転するため断続音がすることがありますが故障ではありません。

表示窓にこんな表示が出たとき

表示例	原因および調べるところ	処置
C00	●グラム・ポジションシステムの0点調節の方法が間違っています。	テーブルプレートだけをのせてドアを閉めて、とりけしキーを押します。数秒間、庫内灯が点灯し、0点調節が完了します。（9ページ参照）
C01	●グラム・ポジションシステムの調節中にドアを開けました。	ドアを閉めて、とりけしキーを押します。数秒間、庫内灯が点灯し、0点調節が完了します。
C02	●テーブルプレートがセットされていません。	テーブルプレートをセットして0点調節をおこないます。（9ページ参照）
C03	●PAM解凍 4さしみ 5解凍 の食品の分量が多すぎます。	解凍する食品の分量を100～1,000gにします。（21ページ参照）
C07	●少量の食品を手動調理（レンジ700W）で10分以上加熱しました。	手動調理（レンジ700W）の食品100ｇ当たり加熱時間を目安にします。（30ページ参照）
H21、H41、H54、H55、H56 H81、H82、H01、H03	●差込プラグを抜いて、差し込みなおしてください。	

正常にならない場合は、差込プラグを抜き、お買い上げの販売店に修理を依頼してください。

保証とアフターサービス（必ずお読みください）

★本体内部には高圧配線がしてありますので、ご家庭での修理はおやめください。

保証書（別添）

保証書は、必ず「お買い上げ日・販売店名」などの記入をお確かめのうえ販売店から受け取っていただき、内容をよくお読みの後、大切に保存してください。

●保証期間は、お買い上げの日から1年です。
ただし、マグネトロンについては2年です。

補修用性能部品の保有期間

当社はこのオーブンレンジの補修用性能部品を、製造打ち切り後8年保有しています。
補修用性能部品とは、その商品の機能を維持するために必要な部品です。

次ページにつづく ▶

ご不明な点や修理に関するご相談は

修理に関するご相談並びにご不明な点は、お買い上げの販売店または、お近くの日立家電品のお客様ご相談窓口一覧表（41ページ）の窓口にお問い合わせください。

修理を依頼されるときは 出張修理

39・40ページに従って調べていただき、なお異常のあるときは、ご使用を中止し、必ず差込プラグを抜いてから、お買い上げの販売店にご相談ください。

■連絡していただきたい内容

項目	内容
品名	日立オーブンレンジ
形名	（銘板に書いてあります）
お買い上げ日	年　月　日
故障の状況	（できるだけ具体的に）
ご住所	（付近の目印等も併せてお知らせください）
お名前	
電話番号	
訪問ご希望日	

※銘板は本体右側面にあります。

■保証期間中は
修理に際しましては保証書をご提示ください。
保証書の規定に従って、販売店が修理させていただきます。

■保証期間が過ぎているときは
修理すれば使用できる場合には、ご希望により修理させていただきます。

ご転居されるときは

ご転居によりお買い上げの販売店のアフターサービスを受けられなくなる場合は、前もって販売店にご相談ください。ご転居先での日立の家電品取扱店を紹介させていただきます。

●このオーブンレンジは、電源周波数が50Hz・60Hzどちらの地域でもご使用になれます。（部品交換の必要はありません。）
●ご転居されたり、移動したりした場合には、必ず販売店または電気工事店に依頼して、アースの取り付け直しを行ってからご使用ください。（3ページ参照）

修理料金のしくみ

修理料金＝技術料＋部品代＋出張料です。

項目	説明
技術料	故障した製品を正常に修復するための料金です。技術者の人件費、技術教育費、測定機器等設備費、一般管理費等が含まれています。
部品代	修理に使用した部品代金です。その他修理に付帯する部材等を含む場合もあります。
出張料	商品のある場所へ技術者を派遣する場合の費用です。別途、駐車料金をいただく場合があります。

日立家電品のお客様ご相談窓口一覧表

（家庭電気製品の表示に関する公正競争規約による表示）

日立家電品についてのご相談や修理はお買上げの販売店へ
なお、転居されたり、贈物でいただいたものの修理などで、ご不明な点は下記窓口にご相談ください。

修理などアフターサービスに関するご相談は	商品情報やお取り扱いについてのご相談は
TEL 0120−3121−68	TEL 0120−3121−11
FAX 0120−3121−87	FAX 0120−3121−34

一般ご相談窓口　家電品についてのご意見やご要望は各地区のお客様相談センターへ

担当地域	電話番号	所在地
北海道地区	011−833−5088	札幌市白石区東札幌2条4−1−10
東北地区	022−232−5088	仙台市宮城野区扇町1−1−45
関東・甲信越地区	03−3834−8588	台東区東上野2−7−5（日立家電上野ビル）
中部地区	052−795−5088	名古屋市守山区新守町59（日立家電新守山ビル）
関西地区	078−431−5088	神戸市東灘区甲南町1−3−8
中国地区	082−231−5088	広島市西区観音新町1−7−17
四国地区	0877−47−1088	坂出市林田町4285−143
九州・沖縄地区	092−281−5088	福岡市博多区店屋町7−18（博多渡辺ビル）

●ご相談窓口の名称、所在地等は変更になることがありますのでご了承ください。　−03A−